guides MONDEOS

Pascal Kobeh, Jacques Soulié,
Brigitte Thouvenot et Samantha Pagès

Les Maldives
Atolls, plongées et spa

EDITIONS MONDEOS

Symboles

Ile ou récif émergé	Platier ou récif qui affleure la surface	Délimitation du platier
Zone d'évolution 5 - 15 m	Zone d'évolution 15 - 30 m	Zone d'évolution + 30 m
Cavités dans le récif	Grotte	Raie manta
Gorgones, corail mou	Epave	Sens du courant
Pélagiques (requins, thons)	Phare	Point d'amarrage du bateau
Itinéraire conseillé	L Largage	R Récupération
-10 -30 zone d'évolution	plongée plaisir des yeux	plongée sensation
tombants	épave	
niveau de plongée : débutant	niveau de plongée : intermédiaire	niveau de plongée : confirmé

Directeur de publication : Jean-Michel Mamann.

Pascal Kobeh, passionné de nature et de vie marine, parcourt le monde comme photographe-reporter sous-marin. Moniteur CMAS 1 étoile, il totalise environ 3000 plongées aux Maldives où il a passé 7 ans comme guide.

Crédit photos : Author's image, Fotolia.com, Gil Giuglio, Pascal Kobeh, Patrick de Panthou, P. de Wilde. **Cartographie :** Evolution, Les Editions Mondéos. **Conception graphique :** Thierry Renard. **Conception couverture :** Claudie Challois.

L'auteur et l'éditeur dégagent toute responsabilité sur les marques citées dans la rubrique « Santé ». Demandez conseil à votre pharmacien. Le contenu des annonces publicitaires insérées dans ce guide n'engage en rien la responsabilité de l'éditeur. Les erreurs ou omissions involontaires qui auraient pu subsister dans ce guide, malgré nos soins et les contrôles de l'équipe de rédaction, ne sauraient engager la responsabilité de l'éditeur.

© LES EDITIONS MONDEOS
4 bis, rue du Dahomey, 75011 Paris – Tél. : 01 55 25 49 90 – Fax : 01 55 25 49 99
E-mail : contact@mondeos.com – Internet : www.mondeos.com

Les Editions Mondéos et les Guides Mondéos sont des marques déposées.
Tous droits de traduction, de reproduction et d'adaptation réservés pour tous pays.
Dépôt légal : 4e trimestre 2010 – ISBN : 978-2-84754-492-3 – ISSN : 1292-1602

Imprimé dans l'U.E. – N° 201011.0007

Sommaire

Introduction 4

Partir 5
Comment partir ? ▪ 6
Avant de partir ▪ 8
Le b.a.-ba de l'ABC ▪ 11
La plongée de A à Z ▪ 15

Un archipel, une histoire, des hommes 23
Géographie, faune et flore ▪ 24
Protection de l'environnement ▪ 30
Les clés du passé ▪ 32
Regards actuels ▪ 34

Se déplacer 37
North Male Atoll ▪ 38
South Male Atoll ▪ 51
Ari Atoll et Rasdhu Atoll ▪ 60
Raa et Baa Atoll ▪ 75
Lhaviyani Atoll ▪ 86
Haa Alifu ▪ 96
Atolls du Centre ▪ 102
Addu Atoll ▪ 112
Les plaisirs hors plongée ▪ 119

Cahier spa 125
Vivre un spa aux Maldives ▪ 126
Spa : mode d'emploi ▪ 131
Les soins et les massages ▪ 133

En savoir plus 139
Lexique ▪ 140
Bibliographie ▪ 141
Carte ▪ 142
Index ▪ 144

Marhabaa!
(Bienvenue!)

Le nom des Maldives est bien évocateur… Il vient du sanscrit mala, *signifiant « guirlande », et* dvipa, *« île ». Une guirlande de 1200 îles, réparties en atolls – le mot* atoll *est d'ailleurs le seul vocable que le divehi ait légué au monde entier –, dont seulement 100 sont habitées par les 300000 Maldiviens. 100 autres sont abandonnées au seul bon plaisir des touristes, le reste étant réservé à autant de Robinsons Crusoés en puissance.*

Ce chapelet de perles, disséminé au milieu de l'océan Indien, minuscules taches turquoise, blanches et vertes dans un bleu profond, ne sont que la partie émergée d'un paradis que l'on explore à l'aide d'un masque, d'un tuba et d'une paire de palmes ou, encore mieux, d'une bouteille de plongée sur le dos.

Si les Maldives devaient choisir leur emblème, ce pourrait être sans hésitation la raie manta. Qui mieux que cet inoffensif animal, doté de la grâce d'une ballerine, de la majesté d'une reine, de la sérénité d'une innocente, pourrait représenter la quiétude lumineuse de cet éden? Certes, en 1998, El Niño n'a pas épargné l'archipel. Près de 90 % des coraux durs n'y ont pas survécu. Mais, une poignée d'années plus tard, grâce au miracle de la nature, la faune est toujours là : les coraux ont repoussé à une vitesse inouïe, comme pour réparer les dégâts, comme pour montrer aux plongeurs que ces eaux enchanteresses méritent toujours leur attention, leur fidélité, leur admiration.

Les Maldives sous-marines marient la richesse de la faune à la beauté des fonds coralliens. L'amalgame parfait en quelque sorte, l'union heureuse! Plonger aux Maldives, c'est risquer une accoutumance dont on parvient difficilement à se passer…

Partir

Comment partir? 6 ▪ **Avant de partir** 8
Le b.a.-ba de l'ABC 11 ▪ **La plongée de A à Z** 15

Comment partir ?

EN AVION

Vols réguliers

Sri Lankan Airlines assure 5 vols hebdomadaires *via* Colombo depuis Roissy-Charles-de-Gaulle.

Renseignements et réservations
113, rue Réaumur, 75002 Paris,
tél. : 01 42 97 43 44 ; www.srilankan.aero

Emirates assure 2 vols quotidiens Paris-Malé *via* Dubaï, et de Nice*via* Dubaï tous les jours sauf mardi et jeudi.

Renseignements et réservations
69, boulevard Haussmann, 3e étage,
75008 Paris,
tél. : 01 53 05 35 35 ;
www.emirates.com

Qatar Airways assure au minimum une liaison quotidienne *via* Doha depuis Roissy-CDG.

Renseignements et réservations
7, rue Vignon,
75008 Paris,
tél. : 01 55 27 80 80 ;
qatarairways.com

La fleur de frangipanier dégage une odeur particulièrement entêtante.

Paix et détente pour ces moines contemplant le rivage.

PASSEPORT ET VISA

Le passeport doit être valable six mois après la fin du séjour. Un visa de trente jours est délivré automatiquement et gratuitement à l'arrivée dans l'archipel.

FORMALITÉS DOUANIÈRES

Le contrôle à l'arrivée concerne essentiellement **l'alcool** et toute **marchandise à base de porc.**
Pas de problème au départ, si ce n'est l'interdiction de sortir carapaces de tortue, coquillages et corail.

ASSURANCES

L'assurance est habituellement comprise dans le contrat de voyage : **assurance annulation** et **assurance assistance.** A défaut, il convient de souscrire une assurance individuelle. Le contrat d'assurance doit particulièrement couvrir les risques en rapport avec la pratique des **sports nautiques.**

ADRESSES UTILES AVANT LE DÉPART

En France

Consulat honoraire de la République des Maldives
9 bis, rue Defly,
06000 Nice,
tél. : 04 93 66 34 70 ;

En Belgique

Consulat de la République des Maldives
17, clos des Genets,
1325 Chaumont-Quitoux,
tél. : 1 068 92 12.

En Allemagne

Maldivian Government Tourist Information Office
Aschaffenburger Str. 96 G,
63500 Seligenstadt,
tél. : 49 (0) 618 29 93 48 57 ;
e-mail : info@visitmaldives.de

Avant de partir

LA SAISON IDÉALE POUR VOYAGER

Le **climat tropical** garantit un beau temps, sauf durant les moussons qui arrosent le pays en juin/juillet et entre mi-octobre et fin novembre. Il pleut alors de manière discontinue et des vents violents rendent parfois la mer forte. **Les Maldives sont à l'abri des cyclones.** Les températures de l'air ne subissent quasiment **aucune variation** tout au long de l'année : entre 30 et 31 °C. La température de l'eau, quant à elle, oscille entre 27 et 29 °C.

LE SAC DU PLONGEUR

Tous les centres de plongée situés sur les îles sont à même **d'équiper n'importe quel plongeur ou plongeuse de pied en cap.** La location de ce matériel est payante.

Sur les bateaux de croisière, il est recommandé d'emporter son matériel au grand complet (hormis bouteille et plombs), l'équipement sur place étant plutôt considéré comme du **matériel de dépannage.**
Le plongeur désireux d'éviter toute mauvaise surprise emportera donc dans son sac, avec son matériel personnel (palmes, masque et tuba), une combinaison adaptée au climat tropical, un **détendeur avec octopus** (obligatoire) ainsi qu'un embout de rechange, un **parachute de signalisation** (également obligatoire).
Il pensera aussi à emporter un gilet stabilisateur, un ordinateur de plongée (obligatoire aux Maldives), une lampe ou un phare pour les plongées de nuit ainsi que des piles de rechange ou le chargeur d'accus.
A part l'ordinateur, les lampes (les ampoules séparées du chargeur) et éventuellement le détendeur, tout le reste peut voyager sans trop de risque en soute.

Tableau des précipitations en mm

janv.	févr.	mars	avril	mai	juin	juill.	août	sept.	oct.	nov.	déc.
50	25	25	50	175	300	225	210	150	175	150	75

RÉVISION DU MATÉRIEL

Il faut faire réviser son détendeur une fois par an et vérifier son gilet stabilisateur. **La vie d'un plongeur peut dépendre du bon ou mauvais fonctionnement de son matériel.** L'idéal serait de pouvoir tester son matériel dans une piscine, en conditions réelles, avant de partir.

DOCUMENTS SPÉCIFIQUES À LA PLONGÉE

Si aujourd'hui, du fait des équivalences entre PADI, SSI et la CMAS, l'origine du diplôme n'a plus guère d'importance, n'importe quel club sérieux exigera de la part d'un plongeur divers documents dont les plus courants sont : une **attestation du niveau,** un certificat médical confirmant **la « non-contre-indication à la pratique de la plongée sous-marine ».** Une plongée de vérification sera en général exigée avant toute exploration sous-marine.

SANTÉ

Aucun **vaccin n'est obligatoire pour les Maldives,** sauf si l'on a séjourné les six derniers jours dans une zone infectée par le choléra ou la fièvre jaune. Il est cependant recommandé d'être à jour des vaccins contre le tétanos et la polio. Dans un pays tropical, lunettes de soleil et crème solaire sont vivement recommandées. D'autre part, de nombreux accidents de décompression en plongée sont dus à une déshydratation. **Il faut boire beaucoup et se protéger du soleil,** surtout au début du séjour. De même un **contrôle dentaire n'est pas superflu** avant d'effectuer un séjour de plongée à l'étranger.

La trousse de secours

Voici une liste de produits incontournables :
– de **l'aspirine.** En cas d'incident de décompression, l'aspirine fluidifie le sang. En cas d'allergie, il faut impérativement le signaler aux moniteurs du centre avant de commencer à plonger ;
– une **crème à la cortisone** pour apaiser les piqûres de méduses ou soigner les blessures dues au corail ;
– un **antidiarrhéique** (*Ercéfuril, Immodium*) ;
– un **désinfectant** (*Dakin* ou *Eosine*) ;
– des **pansements,** si possible imperméables ;
– des **gouttes auriculaires** (alcool boriqué à titre préventif et *Antibio-Synalar* ou *Polydexa* en cas de début d'otite) ;
– de **la Biafine,** pour les brûlures dues au soleil ;
– une **pince à épiler** (il y a des oursins aux Maldives), des **petits ciseaux…**

Les contre-indications

La plongée est un loisir qui s'est fort démocratisé au cours des dernières années. Cependant **il existe des contre-indications,** qui peuvent être **permanentes** (asthme, crises épileptiques, affections cardiovasculaires, problèmes ORL sérieux…) **ou temporaires** (sinusite, rhume, otite, grossesse, prise d'antidépresseurs, carie non soignée…).

DEVISE, CHANGE ET MOYENS DE PAIEMENT

La monnaie des Maldives est **la rufiyaa (Rf),** qui se divise en 100 **lari.** 1 € équivaut à 17,80 Rf.

Cependant, sur toutes les îles touristiques, les prix sont affichés en **dollars.** Ces derniers, ainsi que **les euros,** sont acceptés dans les hôtels et les magasins à la différence de la monnaie locale. Il est donc inutile de changer ses euros ou ses dollars contre des rufiyaas. **Les cartes de crédit** les plus courantes (VISA / MASTERCARD) sont acceptées dans tous les hôtels et dans certains magasins de Malé.

DOCUMENTATION

(Librairies de voyages à Paris et en province)

A Paris

Itinéraires
60, rue Saint-Honoré, 75001 Paris,
tél. : 01 42 36 12 63.

En province

Géothèque
10, place du Pilori, 44000 Nantes,
tél. : 02 40 47 40 68.

Consulter également les espaces librairie des magasins **Fnac** et **Virgin Megastore.**

Géorama
14 rue Boussingault,
29200 Brest,
tél. : 02 98 43 69 81.

Librairie du voyage
60, rue Bayard, 31000 Toulouse,
tél. : 05 61 62 82 10.

Librairie maritime et d'Outremer
26, quai Rive-Neuve, 13007 Marseille,
tél. : 04 91 54 79 26.

MAGASINS SPÉCIALISÉS

A Paris

Archimède école de plongée
2, rue Brunel, 75017 Paris,
tél. : 01 45 74 76 06.

Simame Plongée
22, rue de la Roquette,
75011 Paris,
tél. : 01 47 00 09 81.

Le Vieux Campeur
5, place Paul-Painlevé,
75005 Paris,
tél. : 01 53 10 48 48.

Pour s'équiper en matériel photo

Photo-Denfert
6, rue Schœlcher,
75014 Paris,
tél. : 01 43 35 14 92.

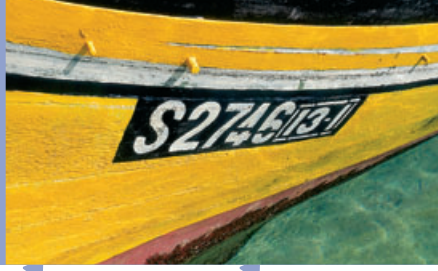
En province

Aquamarine
9001, route du Pertuis-du-Môle 2,
59140 Dunkerque,
tél. : 03 28 60 45 24.

Scubaland
29, rue Amiral-Troude,
port de commerce, 29200 Brest,
tél. : 02 98 43 01 10.

Aquatica
11, rue Guilbert, 14000 Caen,
tél. : 02 31 38 22 22.

Pro Ocean
6, allée de l'Aéropostale,
64200 Biarritz,
tél. : 05 59 23 23 62.



Le b,a.-ba de l'ABC

ACHATS ET SOUVENIRS

L'artisanat aux Maldives est réduit au strict minimum. Certes, les boutiques de souvenirs sont pourvues de nombreux objets, pour la plupart fabriqués… à l'étranger. Les souvenirs maldiviens sont fabriqués à partir de noix de coco : cendriers ou **dhonis miniatures** – bateaux de pêche typiques de l'archipel. Il existe un **art de la laque,** sous forme de petites boîtes réalisées à Eydhafushi et Thulhaadhu, dans l'atoll de Baa, ainsi que des t-shirts imprimés sur place.
Pour ne pas encourager la dégradation de l'environnement, il est souhaitable de s'abstenir de ramener une dent de requin ou un coquillage.

ARRIVÉE

L'arrivée a lieu dans l'aéroport international d'**Hulule, où l'on atterrit au bord de l'eau.** Il n'y a rien d'autre sur cette île, hormis une cafétéria, un bureau de change et l'office du tourisme.
Dès la sortie de l'avion, le visiteur est dirigé vers **le guichet** de l'île sur laquelle il a porté son dévolu. **Le transfert** s'effectue en bateau rapide pour les îles les plus proches ou en hydravion pour les plus lointaines. La durée d'attente dépend de la météo locale. En général, tout est remarquablement organisé : les bagages suivent, les avions sont ponctuels.
Les transferts nocturnes sont impossibles, à quelques rares exceptions près (Malé ou les îles à proximité immédiate de l'aéroport). Aussi, en cas d'arrivée tardive, il faut s'assurer que la première nuit d'hôtel a bien été réservée à Hulule ou à Malé.

BÉTEL

Les Maldiviens chiquent ou mâchent une feuille de bétel – sorte de poivrier grimpant – mélangée à des morceaux de noix d'arec finement coupée et à de la chaux pour en adoucir l'acidité. La mixtion serait pourvue de multiples vertus : elle permettrait de couper la faim, de détendre, d'aider à digérer et de faciliter le sommeil. Certains passent une bonne partie de la journée à mastiquer ce magma, ce qui leur donne une salive rouge. Les jeunes générations semblent perdre cette habitude.

CUISINE ET BOISSONS

Le plat national est le curry. Il comprend du poisson ou du poulet, du riz, des légumes et des épices bien sûr. Attention aux estomacs fragiles, il peut être assez relevé ! Le poisson séché – la bonite –, le fruit de l'arbre à pain – appelé *hiki mas* –, la papaye et la banane complètent le repas du pêcheur. Les buffets des îles touristiques servent toujours de la cuisine occidentale. En dehors des îles-hôtels, la consommation d'alcool est interdite.

ÉLECTRICITÉ

220-240 V en 50 Hz. Se munir d'un adaptateur international.

HEURE LOCALE

Par rapport à l'Europe, on ajoute **3 h en été et 4 h en hiver.** En outre, de nombreuses îles rajoutent 1 h par rapport à l'heure officielle, voire même 2 h pour l'île de Nika.

Bananes, noix de coco et papayes sont les rares fruits des Maldives.

HORAIRES D'OUVERTURE

Le jour de repos est le vendredi. Les banques ouvrent du dimanche au jeudi de 9 h à 13 h et le samedi de 9 h à 11 h ; les magasins de 7 h à 22 h 30.

INFORMATIONS TOURISTIQUES

Le site officiel du ministère du Tourisme est : *visitmaldives.com*

JOURS FÉRIÉS

Outre **les fêtes musulmanes et le ramadan,** les jours suivants sont fériés :
1er janvier : nouvel an,
26 et 27 juillet : fête de l'Indépendance,
3 novembre : échec du coup d'Etat de 1988,
11 et 12 novembre : *Republic Day,* adoption de la dernière Constitution.

LANGUES

La langue officielle est **le divehi,** assez proche du cinghalais ancien et enrichi de quelques mots hindis et arabes. Sur les îles touristiques, le personnel parle couramment anglais.

MÉDIAS

Des programmes télévisés sont accessibles sur les îles grâce aux antennes paraboliques. A Malé, outre la presse locale, ne sont disponibles que quelques journaux et magazines en anglais.

MOUSSON

Il existe deux moussons aux Maldives, celle du nord-est de décembre à mai, dite **mousson sèche** (la haute saison), et celle du sud-ouest de mai à novembre, dite **mousson humide** (la basse saison).

PHOTOS/FILMS

Le choix des pellicules est restreint et leur tarif plutôt élevé. La plupart des centres de plongée proposent à la location un **équipement de photos sous-marines de base,** ce qui offre une excellente occasion de s'initier.

POSTE ET TÉLÉCOMMUNICATIONS

Compter environ **15 jours** pour l'acheminement vers l'Europe d'une carte postale remise à la réception de l'hôtel. A Malé, le bureau de poste est ouvert du samedi au jeudi de 7 h 30 à 13 h 30 et de 15 h à 17 h. Pour téléphoner en France, composer le 00 33 puis le numéro du correspondant sans le 0 ; et pour téléphoner aux Maldives de l'étranger, faire le 00 960 puis le numéro de votre correspondant. Il existe plusieurs **cybercafés à Malé** allant de 5 Rf pour 5 min à 30 Rf pour 1 h ainsi que de nombreuses bornes Wi-Fi gratuites. **Sur les îles-hôtels le tarif est autrement plus cher :** pour un appel compter entre 4 et 5 US$ la minute et entre 8 et 10 US$ les 30 min d'Internet.

POURBOIRES

Ils s'effectuent en dollars US sur les îles. Compter environ 10-20 US$ par chambre et par semaine pour un serveur au restaurant et pour un employé de chambre ; 1 US$ par bagage pour un porteur de bagage. Sur les bateaux de croisière, le pourboire est d'environ 6 US$ par jour et par plongeur et peut atteindre entre 25 et 50 US$ pour l'ensemble de l'équipage par semaine.

SÉCURITÉ

Même si les vols sont rares – sauf à Malé où ils ont tendance à se multiplier –, il convient d'être toujours prudent et de ne pas laisser ses affaires sans surveillance. **Les objets de valeur, les passeports,** etc., doivent impérativement être déposés dans **le coffre-fort de l'hôtel.**

TRANSPORTS INTÉRIEURS

Les transferts vers les îles se font **en bateau rapide ou en hydravion.** Il existe deux compagnies d'hydravions : *Trans Maldivian Airways* et *Maldivian Air Taxi*. Toutes deux exploitent le même type d'avion.
Lors d'un séjour sur une île, de nombreuses excursions sont proposées, notamment pour visiter les îles de pêcheurs les plus proches, ou pour jouer les Robinsons sur une île déserte, ou encore pour admirer le coucher de soleil en pleine mer. Ces excursions ont lieu le plus souvent en **dhoni.** Cette embarcation traditionnelle – à l'origine un bateau de pêcheurs à voile – est aujourd'hui dotée d'un moteur et elle est utilisée aussi bien pour la plongée que pour les transports intérieurs. Il faut compter entre 15 et 20 US$ pour une excursion.
Malé est la seule ville où circulent quelques voitures, notamment des taxis. Cependant, la promenade à

Les hydravions assurent les liaisons entre l'aéroport et les îles-hôtels.

pied ou en vélo reste le moyen de locomotion le plus pratique.

USAGES ET POLITESSE

Dans ce pays musulman, la religion dicte un certain nombre de règles qu'il est bon de respecter pour ne pas heurter les habitants.
Ainsi, en dehors de l'île-hôtel, il est interdit de se promener en maillot de bain. Porter des shorts ou des tenues courtes est très mal vu et peut attirer quelques ennuis.
Le naturisme et le monokini sont strictement prohibés – même dans les îles-hôtels – et sont punis de sévères amendes.
Dans les îles-hôtels, il est souvent déconseillé de se rendre au restaurant en maillot de bain et torse nu.

VÊTEMENTS

Les îles sont soumises à un climat subtropical, avec des températures stables toute l'année. C'est donc avec des **tenues légères, amples et confortables,** de préférence en coton, que l'on se sentira le mieux. Si la garde-robe peut se réduire au strict minimum, il est prudent d'emporter un pull léger et un coupe-vent imperméable pour les soirées plus fraîches et les jours de mauvais temps. Pour nager ou pratiquer le *snorkeling* (palmes, masque, tuba), des **sandales en plastique sont très utiles.** Elles protègent des éventuelles blessures sur les coraux. Il est cependant interdit de marcher sur les récifs avec ces chaussures.

Combien ça coûte?

	A Malé	Ile-hôtel
Un thé ou un café	de 8 à 14 Rf/de 0,50 à 1 €	Gratuit ou 3 US$/2,50 €
Une bouteille d'eau minérale	5 Rf/0,30 €	de 3 à 4 US$/ de 2,50 à 3 €
Une course en taxi	1 US$/0,80 €	-
Une plongée équipée	35 US$/30 €	35 US$/30 €
Un timbre pour l'Europe	10 Rf/0,70 €	1 US$/ 0,80 €
Une bière	-	de 4 à 5 US$/ de 3,50 à 4 €
Une minute de téléphone à destination de l'Europe	20 Rf/1,50 €	de 4 à 5 US$/ 3,50 à 4 €

La plongée de A à Z

APPRENDRE À PLONGER

La plongée est désormais un loisir pour tous, y compris femmes et enfants. La démocratisation de cette activité s'est faite notamment par le biais du succès de l'école américaine PADI à travers le monde. Pour pratiquer la plongée en toute sécurité, il faut se soumettre à des **exercices et des règles de base.** Un certificat est délivré à tout pratiquant et, en le présentant au centre de plongée, il lui permet, selon son niveau, de pratiquer son loisir en toute quiétude et d'apprécier la richesse des fonds sous-marins.
Aujourd'hui, à la querelle entre **les différentes écoles de plongée (PADI, SSI, NAUI, CMAS…),** ont succédé des accords établissant des passerelles entre les niveaux des différentes formations.

Principales organisations françaises

Fédération française d'études et de sports sous-marins (FFESSM)

Elle forme élèves et moniteurs en France et dans les DOM-TOM, et elle délivre une licence indispensable pour suivre les formations et passer les examens. Enfin, **elle remet les diplômes attestant d'un niveau reconnu par la CMAS.** Il suffit d'adresser une photocopie du diplôme et de sa licence pour recevoir une carte d'équivalence moyennant paiement.
FFESSM : 24, quai de Rive-Neuve, 13007 Marseille, tél. : 04 91 33 99 31 ; Internet : www.ffessm.fr

Fédération sportive et gymnique du travail (FSGT)

Fondée par les comités d'entreprises, elle a pour but de promouvoir le sport et **la plongée en particulier au sein du monde du travail.** Un accord a été conclu avec la FFESSM permettant aux diplômés de la FSGT d'obtenir une équivalence internationale par le biais de la CMAS.
FSGT, 14-16, rue Scandicci, 93508 Pantin Cedex, tél. : 01 49 42 23 19.

Association nationale des moniteurs de plongée (ANMP)

Cet organisme professionnel, reconnu par le ministère français de la Jeunesse et des Sports, a pour mission principale de **défendre les intérêts de la profession.** Il propose également ses propres forma-

tions reconnues internationalement *via* le CEDIP (voir ci-dessous).
ANMP, ZI des Trois-Moulins, rue des Cistes, 06600 Antibes, tél. : 04 93 33 22 00 ; www.anmp-plongee.com

Syndicat national des moniteurs de plongée (SNMP)

Il propose des **formations de plongée** reconnues par la législation française.
SNMP, Clo Tech-Océan, port de Socoa, 64500 Ciboure, tél. : 05 59 47 96 75 ; www.snmp-plongee.com

Organisations internationales

Confédération mondiale des activités subaquatiques (CMAS)

Née en 1959 de la coopération de diverses fédérations nationales, elle a pour but de « *développer et de favoriser la connaissance des activités subaquatiques dans le monde* ». Représentée et reconnue à travers le monde entier dans plus de 90 pays, elle **délivre des brevets internationaux** par le biais des fédérations nationales (FFESSM et FSGT en France).
CMAS, viale Tiziano, 74, 00196 Rome, Italie, tél. : (00 39) 06 368 584 80 ; www.CMAS2000.org

Les touristes accèdent aux sites de plongée grâce au dhoni.

European Commitee of Professional Diving Instructors (CEDIP)

Cette structure regroupe les différents organismes syndicaux européens de moniteurs professionnels. Elle assure **la promotion de la profession d'instructeur de plongée** et délivre des équivalences internationales aux brevets nationaux (brevets délivrés par l'ANMP en France).
CEDIP, 62, avenue des Pins-du-Cap, 06160 Antibes, tél. : 04 93 61 45 45 ; Internet : www.cedip.org

Professional Association of Diving Instructors (PADI)

C'est aujourd'hui **l'école de plongée et l'association la plus répandue dans le monde.** Sa philosophie repose sur l'accessibilité de la plongée à tous. Ses normes en matière de sécurité sont assez strictes : limitation de la profondeur à 40 m, plongées dans la courbe de sécurité, c'est-à-dire sans paliers de décompression. **PADI,** née aux Etats-Unis, a développé un **modèle d'enseignement normalisé** qui permet de suivre le même cours dans le monde entier.
On peut commencer son premier niveau aux Maldives, le continuer en France et le finir en Egypte ! PADI vient récemment de signer des **accords de reconnaissance réciproque des diplômes avec la FFESSM.**
PADI France : Centre Erlia, ZI Jalday, 64500 Saint-Jean-de-Luz, tél. : 05 59 85 33 70.

Les rascasses présentent des épines venimeuses sur leur nageoire dorsale.

PADI Europe, Oberwilerstrasse 3, 8442 Hettlingen, Suisse, tél. : (00 41) 52 304 14 14 ; Internet : www.padi.com

Scuba School International (SSI)

Cet organisme américain, implanté en France depuis 1995, propose des formations en adéquation avec la législation française. Il a également signé des accords de **reconnaissance réciproque avec la FFESSM.**
Internet : www.divessi.com

National Association of Underwater Instructors (NAUI)

Reconnue dans le monde entier, cette école de plongée américaine est **la deuxième en importance** et en notoriété après PADI.
NAUI, PO Box 89789, Tampa, Floride 33689 0413, Etats-Unis ; Internet : www.naui.org

BAPTÊME

Il s'agit de **la première immersion.** D'une durée comprise entre 30 et 60 min, elle ouvre à la découverte de sensations nouvelles et d'un monde inconnu. La règle de la FFESSM implique qu'il y ait un encadrant pour un élève. Le baptême peut s'effectuer en mer, en lac ou en piscine, **à une profondeur n'excédant pas 5 m,** dans des conditions de sécurité optimales : ni houle, ni courant… Après quelques explications sur le bord concernant le matériel, les signes et les règles de base pour ne pas subir un traumatisme (décompresser les oreilles, souffler dans le masque, remonter en expirant…), l'encadrant entraîne l'élève dans l'eau en le tenant par la main. Il n'est pas nécessaire de fournir le moindre certificat pour effectuer cette première initiation. Chez PADI, les règles diffèrent légèrement, mais le but reste le même : **faire découvrir et aimer la plongée au nouveau venu.**

CENTRES DE PLONGÉE

Toutes les îles touristiques, îles-hôtels, possèdent leur propre centre de plongée. L'immense majorité, si ce n'est la totalité des centres, est affiliée à PADI et quelques-uns exclusivement à NAUI ou SSI. Beaucoup ont une double, voire une triple affiliation. La grande majorité des centres proposent des **formations complètes PADI.** Quelques rares centres délivrent des diplômes CMAS. Bien qu'aucun centre ne soit exclusivement CMAS, présenter aujourd'hui une carte de cet organisme pour prouver son niveau n'entraîne aucun rejet.
De nombreux *resorts* présentent un **récif maison,** où l'on peut plonger en partant du bord. Il faut alors inscrire son nom sur un tableau (on ne plonge jamais seul, 2 noms au minimum) avec l'heure d'entrée dans l'eau et l'heure de retour. Cependant, tous les centres organisent des **sorties sur les plus beaux sites alentours** à bord d'un *diving dhoni* (*dhoni* de plongée). Ce dernier, doté de racks pour les bouteilles, est

bien aménagé. **Le bateau de croisière plongée** est également un centre à lui tout seul. La vie s'organise à bord : on y dort, on y prend ses repas, on s'y détend… Parallèlement, un *dhoni* transporte les bouteilles, les compresseurs et le reste de l'équipement.

CHAMBRES HYPERBARES

Il en existe trois aux Maldives. La première, la plus utilisée, est située sur l'île de Bandos dans l'atoll de Malé Nord et possède 4 places couchées et 6 assises. La seconde, beaucoup moins fréquentée, se trouve sur l'île de Kuramathi dans l'atoll de Rasdhu, au nord d'Ari et dispose d'une place couchée. Quant à la troisième, elle vient d'ouvrir sur l'île de Kuredu dans l'atoll de Lhaviyani. En cas de problème, c'est le centre de plongée qui les contacte directement.

CHARTE DU PLONGEUR RESPONSABLE

Mise en place et promue par **l'association Longitude 181**, « la charte du plongeur responsable » est un code éthique adopté et relayé auprès des plongeurs par la FFESSM, les principaux voyagistes français ainsi que par les principaux fabricants de matériel.
Elle se résume en cinq points :

1. Enseignement d'un code éthique au plongeur : la formation à la plongée doit mettre l'accent sur l'impact du plongeur sur l'environnement et sur les conséquences de ses actes auprès des populations locales des pays en voie de développement qui accueillent des centres de plongée.
2. Connaissance et gestion des sites de plongée : chaque centre doit avoir un biologiste responsable de la santé des sites.
3. Aménagement écologique des centres de plongée : chaque centre doit mettre en place un recyclage des eaux usées et adopter des sources d'énergie renouvelables.
4. Partage équitable des ressources avec la population locale : l'eau par exemple.
5. Economie solidaire : un pourcentage du prix de la plongée doit être affecté à un projet de développement local.
Renseignements :
www.longitude181.com

COURANTS

Le courant est une caractéristique de la plongée aux Maldives. Il peut être très fort, un courant général saisonnier pouvant se conjuguer à un courant de marée. Il est souvent synonyme de **rencontres avec une faune pélagique.** Ainsi, pour observer des requins, il est recommandé de plonger dans une passe avec le courant « rentrant », de trouver un petit bloc de corail pour s'abriter derrière, d'attendre et d'ouvrir les yeux. Lors de fort courant, il est inutile de lutter contre car c'est l'essoufflement garanti. On indique à l'équipage la direction de sa dérive en **gonflant son parachute de signalisation** pour effectuer ses paliers de sécurité.

Malgré le blanchissement de 1998, les coraux restent un superbe spectacle.

ENFANTS ET PLONGÉE

Les centres PADI sont habilités à faire plonger les enfants **à partir de 8 ans pour un baptême** (à l'instar de la FFESSM) **et de 12 ans pour la première formation.** Cette initiation nécessite un équipement adéquat : combinaisons de petite taille ; bouteilles de faible volume, plus légères, appelées « biberons » ; masques adaptés, etc. En tout état de cause, la profondeur est limitée à 5 ou 10 m.

HANDICAPÉS

De nombreux centres se déclarent prêts **à accueillir des personnes handicapées** si celles-ci présentent un certificat médical sans aucune contre-indication à la pratique de cette activité. Le plongeur est alors encadré par un moniteur. Il faut s'assurer que les hôtels disposent des aménagements spécifiques aux handicapés moteurs, ce qui n'est pas toujours le cas.
Il existe plusieurs associations destinées à promouvoir la plongée auprès des handicapés et à les informer sur les possibilités de formation et sur les centres pouvant les recevoir.
Renseignements :
www.handiplongee.com
ou www.iahd.org

MAL DE MER

Cette indisposition, due à un léger dérèglement de l'oreille interne, peut très vite devenir une réelle souffrance. Même si en haute saison – de février à mai – l'océan Indien est aussi lisse qu'un lac, il vaut mieux emporter des **médicaments préventifs** et s'assurer que ces derniers ne sont pas contre-indiqués pour la pratique de la plongée. Si l'on se sent nauséeux, il faut sortir et, sur le pont, fixer un point à l'horizon et surtout continuer à s'alimenter et à boire.

NARCOSE

L'ivresse des profondeurs peut être la cause d'**accidents de plongée très sérieux, voire mortels.** Elle se manifeste par un comportement incohérent, une perte de la notion de réalité, des troubles psychiques et nerveux… Un plongeur narcosé peut, par exemple, dans un grand éclat de rire, retirer son détendeur de la bouche et se noyer. Chez certaines personnes, la narcose peut survenir à partir de 25 m. Elle s'amplifie avec la profondeur. Le danger devient important autour de 40 m. **La législation interdit de plonger en dessous de 30 m, limitant ainsi les risques.**

PALIER DE DÉCOMPRESSION

Ce terme désigne **un ou plusieurs arrêts à différentes profondeurs lors de la remontée.** Ces derniers sont nécessaires pour éliminer l'azote accumulé au cours de la plongée et pour prévenir tout risque de décompression. La FFESSM applique les paliers recommandés par les tables de la Marine nationale, avec des arrêts à 3 m, 6 m, 9 m, etc. PADI préconise la plongée sans palier avec juste un arrêt de sécurité de 3 min à 5 m.
Aux Maldives, la plongée avec paliers de décompression n'est pas pratiquée. Cependant, l'usage impose des **paliers de sécu-**

Le bateau récupère les plongeurs à l'issue d'une plongée « dérivante ».

rité. On les effectue alors ainsi : x minutes à 5 m ou y minutes à 3 m par exemple, les temps et les arrêts variant quelque peu suivant les centres et les écoles de plongée.

PHOTOGRAPHIE SOUS-MARINE

Il est préférable de maîtriser les techniques de plongée avant de se lancer dans la photo ou vidéo sous-marine. En effet, cette activité ne doit **en aucun cas entraîner un risque** pour le plongeur ni pour l'environnement marin. Méfiance : lorsque l'on plonge avec un appareil photo, on est moins stable et beaucoup plus préoccupé par son matériel que par ce qui nous entoure.

L'équipement

Il existe différents types d'appareil, du plus compliqué au plus simple et à tous les prix. Avec l'apparition du numérique, les appareils sont moins encombrants, même dans leur caisson étanche. On peut également glisser des appareils argentiques ou des appareils jetables dans un caisson adapté. La marque *Sea and Sea* fabrique **encore quelques appareils étanches** d'entrée de gamme relativement simples. Les appareils étanches de type *Nikonos V* et *Nikonos RS,* plus élaborés, ne sont plus fabriqués, bien que du fait de l'importance de leur parc on les voit encore beaucoup sous l'eau.
Lors de l'utilisation de tout ce matériel, **quelques précautions s'imposent :** ne jamais le laisser exposé au soleil, rincer l'appareil à l'eau douce après son utilisation en mer ou, mieux, le laisser tremper un certain temps dans un bac et enfin s'assurer que les joints qui assurent l'étanchéité sont propres et bien gras.

La prise de vue

La principale composante de la prise de vue sous-marine **reste l'absence de lumière.** Il faut, dans 90 % des cas, un apport de lumière artificielle sous forme de flash ou de phares très puissants. La FFESSM et PADI proposent des stages de prise de vue sous-marine, allant de l'initiation jusqu'au perfectionnement.

PLONGÉE DE NUIT

De nombreuses espèces sortent uniquement la nuit. Certains poissons disparaissent pour dormir d'autres, amorphes de jour, ont un comportement nocturne totalement différent. Ainsi, les requins pointe blanche, plutôt placides et farouches pendant la journée, chassent la nuit des petits poissons, les fusiliers par exemple, et s'enhardissent, n'hésitant pas parfois à passer entre les jambes d'un plongeur pour poursuivre leur proie.
La principale obligation pour la plongée de nuit est bien sûr de se munir d'une **lampe** ou d'une **torche étanche,** voire même deux en cas de panne. En général, les plongées de nuit ont lieu sur des sites calmes, sans courant.

PLONGÉE DÉRIVANTE

En raison du courant, **les plongées sont presque toujours dérivantes** aux Maldives. Une fois les palanquées larguées, le bateau suit les bulles des plongeurs pour récupérer ces derniers plus loin lorsqu'ils font surface. Parfois, comme les marins connaissent parfaitement la topographie des sites, le bateau se rend directement à l'endroit où les plongeurs sont censés remonter, par exemple dans le cas d'une passe avec un courant « rentrant », bien au fond de la passe dans l'atoll. Lors des paliers de sécurité, **le plongeur déploie son parachute** pour signaler sa présence.

PLONGÉE SUR ÉPAVES

A quelques exceptions près, **les Maldives présentent peu d'épaves dignes de ce nom.** L'intérêt de la plongée dans l'archipel réside surtout dans sa faune et l'on plonge sur certaines épaves plus pour y découvrir et admirer les animaux qui y ont élu domicile que pour le bateau lui-même.

PLONGÉE NITROX

Le Nitrox est un mélange d'air enrichi en oxygène. Avec des taux de 30 %, voire 40 % d'oxygène (au lieu de 21 %), il permet de réduire la durée des paliers de décompression en limitant la saturation en azote. Ce mélange augmente donc **la courbe de sécurité** et **laisse un sentiment de fatigue bien moindre** qu'une plongée à l'air, ce qui est particulièrement appréciable lorsque l'on plonge plusieurs fois dans la journée.
En revanche, le Nitrox limite la profondeur maximum de la plongée. En effet, au-delà d'une certaine pression partielle d'oxygène dans l'organisme, le plongeur risque de s'intoxiquer. « L'hyperoxie » peut être fatale.

L'une des deux épaves de Felivaru.

Beaucoup de centres de plongée et de bateaux de croisière aux Maldives proposent de plonger au Nitrox, souvent sans supplément. PADI dispense une formation de 2 jours : le « *Nitrox basic course* ».

SNORKELING OU PMT (PALME-MASQUE-TUBA)

On appelle *snorkeling* **la plongée sans bouteille.** La nage avec palmes, masque et tuba se pratique énormément sur les récifs maison des îles ou lors d'excursions. Cette activité ne présente aucune difficulté particulière si ce n'est qu'il faut faire **attention à ne pas se laisser emporter par le courant.**

SIGNES DE COMMUNICATION SOUS MARINE

Ce sont **les principaux** codes de communication universels.

OK, tout va bien (en surface)

Détresse en surface

OK, tout va bien (sous l'eau)

Ça ne va pas (sous l'eau)

J'ai froid

J'ai un problème d'oreille

Je suis essoufflé

Combien d'air te reste-t-il ?

Je n'ai plus d'air

Je suis sur réserve

Monter

Descendre

Stop

OK, tout va bien (la nuit en surface)

Ça ne va pas (la nuit en surface)

Un archipel, une histoire, des hommes

Géographie, faune et flore 24
Protection de l'environnement 30
Les clés du passé 32 ▪ **Regards actuels** 34

Géographie, faune et flore

Archipel composé de 1 196 îles ou îlots, officiellement répertoriés sur environ 820 km de long et 130 km de large, soit 300 km², les Maldives n'offrent que l'embarras du choix au plongeur passionné. L'atoll est le seul mot maldivien que l'on retrouve dans toutes les autres langues du monde. Il désigne un collier d'îles, d'îlots, ou encore de récifs affleurant la surface. On en compte 26 aux Maldives.

UNE GÉOGRAPHIE UNIQUE AU MONDE

Les atolls forment une barrière de corail à leur périphérie, avec quelques ouvertures naturelles, **les passes.** Chaque île reproduit à l'identique, mais à bien plus petite échelle, cette configuration. Elle est entourée d'un lagon, lui-même récif corallien qui peut comporter des passages naturels. **L'origine des atolls des Maldives est très controversée.** Ainsi, le naturaliste Darwin, suivi par Thor Heyerdahl, y voyait les restes d'anciens volcans affaissés et érodés. D'autres considèrent que les Maldives font partie d'une chaîne de montagnes sous-marines, érodées elles aussi, allant des Chagos (1 000 km au sud des Maldives) aux Laquedives (1 000 km au nord). Le caractère calcaire des récifs tendrait à renforcer cette dernière hypothèse.

La montée des eaux

En raison des problèmes de réchauffement de la planète et de la montée des eaux, une préoccupation et une polémique sont nées : **les Maldives vont-elles disparaître de la surface de la terre à plus ou moins brève échéance – certains parlent de 30 ans ?** Difficile de répondre à cette question. Les îles sont de petite taille – la plus grande, Gan, dans l'atoll d'Addu ne fait que 7 km de long – et culminent à 4 m maximum, d'où leur fragilité. Il est vrai que, tous les ans, des îlots apparaissent, d'autres disparaissent, et, d'une saison à l'autre, les plages « bougent », se déplaçant du nord vers le sud ou de l'est vers l'ouest, ou inversement. Les observateurs les plus anciens notent néanmoins que la tendance est à la réduction de la superficie des îles. Certaines îles-hôtels essaient de protéger leur plage en construisant de véritables digues. Les quelque 200 îles habitées par des pêcheurs, ainsi que celles qui les entourent, ont vu leur barrière de corail – très protectrice – sérieusement dégradée suite à l'utilisation, encore récente, du corail pour la construction des habitations. La situation des Maldives est encore plus préoccupante à cause des catastrophes naturelles : en 1998, **le phénomène El Niño** a en effet décimé près de 90 % des récifs. Ces derniers ont pour la plupart retrouvé une belle santé, le corail poussant à une vitesse vertigineuse. Néanmoins, certains ont disparu définitivement. C'est toute une protection naturelle qui est appelée à s'affaisser et à disparaître.

UNE FAUNE MARINE D'UNE PRODIGIEUSE RICHESSE

La faune terrestre ne présente pas un intérêt immense. Il convient de signaler quelques oiseaux, comme le héron, la sterne ou la bécasse de mer, ainsi que les chauves-souris géantes, les rats et les lézards. C'est **sous l'eau** que la faune offre une richesse, une variété et une quantité quasiment inégalées.

Raie manta

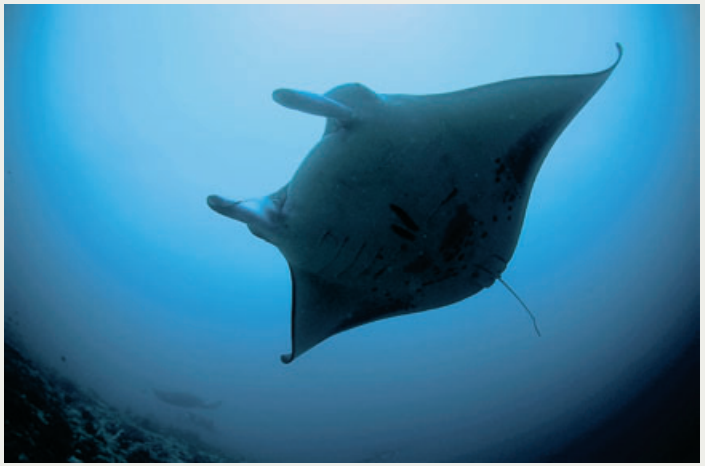
Si l'Etat maldivien devait choisir un emblème, ce poisson pourrait figurer en bonne place au rang des prétendants, tant il est **associé à la plongée dans l'archipel.**
De janvier à avril, portée par le courant général est-ouest qui traverse l'archipel, la raie manta se rencontre facilement dans l'atoll d'Ari, au sud-ouest.
De mai à décembre, elle s'observe plutôt sur la côte est des atolls de Malé Nord, Malé Sud et Vaavu. **Poisson migrateur,** au même titre que le requin-baleine, **elle est là où se trouve le plancton.** Ce dernier, plus petit organisme marin, élément de base dans la chaîne alimentaire, constitue en effet son mets unique. Composé de micro-organismes, de micro-méduses, larves de crustacés, céphalopodes, petites crevettes…, le plancton est une véritable manne pour bien des géants des mers, que ce soient les raies manta, les requins-baleines, les requins-pèlerins ou encore les baleines. Aux Maldives, au gré des courants saisonniers, la raie manta suit donc le plancton, à l'est ou à l'ouest de cette chaîne corallienne formée d'atolls parallèles.

Les « stations de nettoyage »

La meilleure occasion pour approcher la raie manta est de se mettre à l'eau sur une « station de nettoyage ». Appartenant à la classe des **poissons cartilagineux,** comme ses cousins les requins, elle peut atteindre 5 m d'envergure et peser 2 t. Régulièrement, elle se fait « déparasiter » par de petits **labres**

Carte d'identité des Maldives

Nom
République des Maldives
Situation
Au centre de l'océan Indien, à 650 km au sud-ouest du Sri Lanka
Superficie 227,45 km² (21 372,72 km² de superficie totale du pays, lagons inclus)
Population 379 176 habitants
Densité de population 1 667 hab./km²
Capitale Malé, sur l'atoll de Kaafu
Régime politique
République islamique présidentielle
Chef de l'Etat
Mohamed Nasheed
Langue officielle Divehi
Monnaie
La Rufiyaa (Rf), divisée en 100 Lari
Religion Islam sunnite
Ressources principales
Tourisme et pêche



La raie manta reste l'animal marin mythique de l'archipel.

nettoyeurs ne dépassant pas les 10 cm ! Ceux-ci se tiennent par colonies entières sur de gros massifs de corail – souvent des porites –, et attendent littéralement leur « cliente ». En l'occurrence, la raie manta arrive et s'immobilise au-dessus de la « station », s'abandonnant – on peut le voir aux rostres qu'elle déroule – à la multitude de labres qui s'activent tant sur son corps qu'à l'intérieur de sa bouche. Ces derniers se nourrissent des parasites qui se développent sur elle. **Le spectacle peut durer plusieurs heures.** Juste à proximité, on observe plusieurs raies manta faire la queue en vol quasi stationnaire, au-dessus d'une « patate » de corail, attendant patiemment que leur congénère ait terminé pour s'abandonner aux morsures bienfaitrices des labres. En s'y prenant très doucement, sans lâcher ses bulles trop bruyamment pour ne pas les effaroucher, il est possible de les approcher, souvent à moins d'un mètre, et d'assister ainsi à cette opération nécessaire à la survie des raies, comme à celle de nombreux autres poissons, leur évitant diverses maladies transmises par les parasites.

Requins

Ils sont, avec les raies manta, **l'autre objet de curiosité** et de fantasmes des plongeurs. Récemment, il était encore pratiquement impossible de passer une heure sous l'eau sans en croiser. Hélas, les temps changent ! Comme partout ailleurs dans le monde, la population des requins aux abords des Maldives a en effet **considérablement diminué, victime d'une pêche à outrance** destinée à l'exportation des ailerons vers les marchés asiatiques. En 1998, le gouvernement a interdit la pêche aux requins dans sept atolls pour une période de dix ans.

Requin pointe blanche et requin gris ou dagsit

Ce sont les espèces les plus courantes que l'on peut rencontrer au cours d'une plongée. Longs de 1,50 et 2 m, ils se nourrissent de petits poissons, tels les fusiliers, durant la nuit pour le pointe blanche, le jour pour le gris. Ils se laissent admirer le long des tombants ou à l'entrée des passes, courant « rentrant ».

Requin-nourrice, zèbre et guitare

Autres requins que l'on peut voir au détour d'une grotte, d'une faille ou encore sur un fond sablonneux, **le requin-nourrice** ou dormeur, **le requin-zèbre,** ainsi que **le requin-guitare** également appelé raie guitare… Ils se nourrissent de crustacés et de mollusques, habitants du sable qu'ils recherchent surtout la nuit. Plutôt immobiles, reposant sur le fond, ils se laissent facilement observer. D'eux non plus rien à craindre. Mais il faut surtout s'abstenir de les caresser ou de leur tirer la queue. Au mieux, ils décamperont ; au pire, très peureux, ils pourront avoir une réaction violente envers le plongeur perturbateur.

Requin-marteau et requin-baleine

Parmi les stars des Maldives, citons encore **le requin-marteau,** que l'on aperçoit parfois, en plongeant au lever du jour, en banc de plusieurs centaines d'individus, long de 2,50 à 3 m. Le plus grand bonheur reste cependant une rencontre avec **le très recherché requin-baleine,** qui peut facilement atteindre une douzaine de mètres. Il est visible le plus souvent près de la surface de l'eau, occupé à engloutir du plancton.

Les autres espèces de requins

On n'aura que peu de chances de croiser les autres requins des Maldives, comme **le requin pointe blanche du large, le requin-tigre et autres requins soyeux.** Ces derniers sont en effet présents au large de la barrière corallienne qui forme les atolls. Ceux que l'on pourra malheureusement voir seront sans vie sur une plage, ramenés par des pêcheurs. Les responsables de bases de plongée recommandent d'ailleurs aux touristes de ne pas encourager de telles pratiques en achetant aux pêcheurs des dents, voire même des mâchoires de requins.

Un aquarium grandeur nature

Outre les requins et les raies, la diversité des couleurs et des formes dont regorge cet univers aquatique enchante le plongeur. **Les murènes** sortent de leur trou, gueule ouverte pour respirer ; **les poissons-napoléons,** dont les mâles, dotés d'une bosse, ont la forme du chapeau de l'empereur ; **les rascasses volantes** à la dorsale venimeuse sont de véritables « oiseaux » préhistoriques ; **les poissons-clowns** sont blottis dans **l'anémone** de mer, à la fois gardiens et réfugiés ; **les poissons-écureuils** sont souvent accompagnés de bancs de **poissons-soldats** dans leur uniforme rouge ; **les barracudas,** en banc ou solitaires ; **les mérous,** toujours farouches et redoutables, à l'affût d'une proie ; **les poissons-anges** et **poissons-papillons,** aux livrées multicolores ; sans oublier bien sûr **les nudibranches,** limaces de mer aux couleurs si étonnantes… la liste est interminable et des ouvrages entiers sont consacrés à cette magnifique faune sous-marine.

Baleines et dauphins

Il existe de nombreux mammifères marins dans les eaux maldiviennes, même si l'archipel n'est pas spécialement réputé pour leur présence.

Les coraux durs et les anémones sont une attraction majeure pour les plongeurs.

Dauphins, globicéphales, souvent farouches, se laissent quand même approcher en bateau, dans les atolls ou en eaux plus profondes. Plus rare, **le souffle d'une baleine** au loin rappelle à l'observateur attentif que les eaux de l'archipel peuvent réserver bien des surprises. Baleines à bosse et orques sont parfois aperçus dans les eaux de l'archipel, lors de leur trajet entre l'Equateur et l'Antarctique.

Coraux

Parfois confondus avec des fleurs, rochers ou cailloux multicolores, les coraux sont bel et bien des **animaux,** au même titre que les éponges, anémones, crinoïdes et autres ascidies. Le corail dur appartient à la famille des madrépores. Il tient sa couleur d'algues symbiotiques, les zooxanthelles. Ce sont ses excroissances qui sont surtout visibles : elles peuvent atteindre au fil des ans d'impressionnantes proportions. Le corps, protégé par un squelette extérieur de calcaire, est vivant et mou.

Carnivore, le corail se nourrit essentiellement de zooplancton. De l'exosquelette émergent des tentacules urticants capables de paralyser nombre de petites larves de poissons. Les coraux se comportent de jour comme des végétaux, réalisant la photosynthèse, et de nuit comme des animaux. C'est à ce moment qu'ils s'épanouissent et se nourrissent, d'où l'intérêt des plongées nocturnes.
On peut également observer les polypes lors de forts courants, même pendant la journée. Cependant, s'ils se développent mieux là où la mer est brassée par les vagues, les branches des coraux sont fragiles et ne résistent pas aux forts mouvements marins.

Un spectacle enchanteur

En principe, on admire les plus beaux spécimens **entre 5 et 10 m de profondeur.** La liste de tous les coraux présents aux Maldives est bien trop longue pour être énumérée ici. Ils constituent pour le plongeur un émerveillement permanent. Des platiers entiers sont recouverts de superbes tables d'acropora dont certaines peuvent atteindre 2 m de diamètre. Les raies manta viennent se faire nettoyer au-dessus de grosses « patates » de porites qui abritent notamment des colonies de labres. Des **massifs de « corail-cerveau »,** aux structures toutes plus surprenantes les unes que les autres, sont de véritables chefs-d'œuvre de la nature.

Un environnement menacé

1998 fut « l'année El Niño », du nom de cette perturbation de masse d'air et de courants chauds. Les Maldives, à l'instar d'autres régions de l'océan Indien, ont connu un réchauffement de la mer ainsi qu'une hausse de la température de l'air. En avril 1998, l'eau était à 30 °C à 50 m de profondeur. Cette température, anormalement élevée, a perduré et les plongeurs ont constaté en mai un blanchissement généralisé des coraux durs. Ce phénomène est dû à un stress du corail qui expulse ses algues symbiotiques, les zooxanthelles, et ne peut durer éternellement, au risque d'une mort certaine. C'est hélas ce qui s'est produit aux Maldives et dans d'autres régions de l'océan Indien. **Certains platiers** ont en effet **totalement disparu.** Dans les zones plus profondes, les coraux ont moins souffert. Les coraux mous, ou alcyonaires, hauts en couleur, n'ont pas du tout été affectés par ce phénomène.

UNE FLORE LIMITÉE

Du fait de leur petite taille et de leur sol sablonneux, les îles abritent une **flore réduite,** à l'exception de l'atoll d'Addu, où se situent les plus grandes îles de l'archipel. Cocotiers en pagaille, quelques bananiers, papayers, arbres à pain, pandanus, banians, hibiscus et bougainvilliers constituent la liste presque exhaustive de ce que l'on peut rencontrer aux Maldives. L'océan renferme des algues et quelques herbiers, habitats de nombreuses espèces de poissons, le plus souvent dans les lagons des îles, à proximité des plages.

Protection de l'environnement

Outre le réchauffement de la planète et la montée du niveau de la mer qui représentent un réel danger pour les Maldives, le phénomène d'El Niño a fait énormément de dégâts. Dans certaines zones, notamment les atolls du centre (Malé Nord et Sud, Ari, Vaavu…), plus de 90 % des coraux durs ou madrépores, situés entre 10 et 15 m de profondeur, sont morts. Tous ces facteurs ont contribué à une prise de conscience de la part des autorités sur la richesse de leur patrimoine naturel et surtout sur leur fragilité.

LES CONSÉQUENCES D'UNE SURPÊCHE

Le principal fléau qui frappe l'archipel est **la pêche des requins.** A l'origine pêcheurs de thons, les Maldiviens se sont transformés en massacreurs de requins afin de satisfaire la demande du marché asiatique en **ailerons.** Devant l'ampleur du phénomène et après un *lobbying* intense de la part des centres de plongée, le gouvernement a décidé de proscrire cette pêche à l'intérieur des atolls, ainsi qu'à l'extérieur dans une limite de 20 milles nautiques. De l'avis de tous, cette règle est loin d'être respectée et les répressions sont rares. Néanmoins, depuis septembre 2006, les pêcheurs professionnels vivant de cette capture ont 9 mois de délai pour envisager leur reconversion, les groupes hôteliers étant priés de les embaucher en priorité. En outre, certaines espèces d'animaux marins ont très vite été protégées comme **les tortues, les baleines et les requins baleines.** Depuis janvier 2006, la vente des œufs de tortue est interdite. Sans cette mesure, protéger les tortues ne sert à rien. Il faut également mentionner que **la chasse sous-marine est interdite :** importer un harpon est donc un acte prohibé.

LES ASSOCIATIONS

Il n'existe pas à proprement parler d'associations de protection de l'environnement spécifiques à l'archipel des Maldives.

Plan national d'Action environnementale

Ce programme d'action gouvernemental a édicté en 1989 quelques mesures, comme l'interdiction du prélèvement des coraux dans certaines zones, la protection des tortues, etc.

PADI Project Aware

Créée et soutenue par PADI, la fondation de protection de l'environnement s'est beaucoup investie dans le monde sous-marin maldivien.
Internet : www.padi.com

Protect the Maldives

Cette association allemande, dépendante de voyagistes, est sensibilisée à la protection de l'environnement sous-marin des Maldives.
Internet : www.malediven.net

DES SITES PROTÉGÉS

Il n'existe pas de sanctuaire marin proprement dit aux Maldives. Un projet est à l'étude pour Baa Atoll mais rien n'est encore décidé à ce jour. Cependant, on note quelques rares sites de plongée qui sont des **parcs marins protégés,** comme les passes d'Embudhu et de Guraidhu, dans l'atoll de Malé Sud. Dans l'atoll de Malé Nord, ce sont 10 sites qui sont concernés, dont **Banana Reef** et **Tamburudhu Thila,** appelé aussi **H P Reef.** A Ari, on compte **Maaya Thila, Kudarah Thila** et **Mushimasmigili Thila.** Ce dernier est devenu site protégé après que la plupart des requins de la zone ont été décimés.

LE CODE DE BONNE CONDUITE DU PLONGEUR

Les associations **PADI Project Aware, Protect the Maldives** et **Longitude 181** s'efforcent de sensibiliser les plongeurs à l'environnement sous-marin et rappellent **les gestes qu'il faut faire et ne pas faire sous l'eau.**
En résumé :
Ne pas toucher les coraux.
Le corail est recouvert d'un mucus protecteur le défendant des parasites. Le toucher revient à enlever cette protection, ce qui provoque sa mort.
Ne pas marcher sur les platiers coralliens que ce soit avec des palmes, des chaussons de plongée ou des sandales. Pour plonger du bord ou pratiquer du *snorkeling,* il convient d'utiliser les accès marqués et de faire attention au changement de marée.
Ne pas les toucher les animaux.
D'une part, cela les perturbe et les effraie ; d'autre part, beaucoup d'entre eux ont le corps recouvert d'un mucus qui les protège des parasites. Les caresser reviendrait à leur retirer ce mucus et donc à les exposer à de nombreuses maladies.
Ne pas nourrir les poissons.
Car cet acte modifie l'équilibre naturel et entraîne parallèlement un comportement qui peut être dangereux à la fois pour les plongeurs et pour les poissons.
Ainsi, sur certains sites de plongée, des requins, régulièrement nourris, sont très facilement piégés par des pêcheurs.
Concernant les déchets, respecter la propreté des Maldives et ne pas jeter les mégots de cigarettes.
Concernant l'énergie et l'eau économiser l'eau et l'électricité.

Les clés du passé

Situé sur la route des Indes, à proximité de Sri Lanka, terre d'escale de nombreux voyageurs, l'archipel présente des influences culturelles évidentes venues de ces deux pays.

LES PREMIERS PEUPLEMENTS

L'**origine des Maldiviens reste inconnue.** Les premiers peuples, les Dravidiens, venus du sous-continent indien, se seraient installés dans l'archipel, entre 1500 et 500 av. J.-C. Situé sur l'île de Kaashidhu, à quelques milles au nord de l'atoll de Malé Nord, **Kaashidhu Kuruhinna Tharaagan'du** est le seul site archéologique scientifiquement étudié aux Maldives. L'équipe norvégienne qui l'a exploré entre 1996 et 1998 a mis au jour un gigantesque **complexe monastique bouddhiste, vieux de plus de 2 000 ans.** Importé du sous-continent indien et de Ceylan, le bouddhisme existait aux Maldives au IIIe siècle av. J.-C., sous le règne d'Asoka.
Les Maldives furent la terre d'escale de nombreux voyageurs, commerçants ou aventuriers. Ainsi, dès l'époque romaine, les cartographes attribuaient à ce petit archipel une importance disproportionnée par rapport à l'Inde et Ceylan.

UN VÉRITABLE CARREFOUR MARITIME

Bénéficiant d'une situation stratégique sur la route des Indes, les îles ont accueilli lors de régulières escales de nombreux voyageurs et commerçants arabes, en route vers l'Extrême-Orient. Peu à peu, leur influence devint prépondérante. Ainsi, l'archipel reçut la visite du voyageur marocain **Abu Barakaath Yusuf al-Barabary,** qui convertit officiellement les Maldiviens à l'islam en 1153. Cette version officielle est aujourd'hui contestée. Autre célèbre marin arabe, **Ibn Battuta,** qui séjourna 18 ans dans l'archipel, durant la première moitié du XIVe siècle. Ce dernier, frappé par la liberté dont les femmes jouissaient, voulut changer les mœurs, selon lui trop éloignées de l'enseignement du Coran. Il fut dans l'obligation de quitter l'archipel après un différend avec le Sultan. Ce contemporain de Marco Polo écrivit de belles pages sur la vie quotidienne de l'époque.
Au XVIIIe siècle, **l'écriture thaana,** l'alphabet maldivien, fit son apparition. Proche de l'alphabet arabe, elle comporte également 24 lettres avec des voyelles, qui sont en fait des accents placés au-dessus ou en-dessous des consonnes. Tout comme l'arabe, elle se lit de droite à gauche. **Le divehi,** la langue maldivienne, est restée, elle, proche du cinghalais parlé au Moyen Age.

VERS L'INDÉPENDANCE

Entre 1558 et 1573, Malé est brièvement occupée par les Portugais, avant de devenir au XVIIe siècle un **sultanat,** sous l'autorité hollandaise de Ceylan. En 1887, les Maldives deviennent un **protectorat britannique ;** puis, en 1954, le sultanat est rétabli avec à sa tête Mohammed Farid Didi. Finalement, les îles accèdent à **l'indépendance en 1965 ;** les derniers Anglais quittent la base aérienne de Gan, dans l'atoll d'Addu, en 1976. Le premier président, Amir Ibrahim Nassir, est élu en 1968 après la réintroduction du régime républicain par référendum. Il démissionne en 1975. **Maumoon Abdul Gayoom** lui succède et était **constamment réélu depuis,** malgré une tentative de coup d'Etat en 1988, vite avortée en raison de l'intervention rapide et massive des forces militaires indiennes, qui ont contribué à maintenir le président au pouvoir. Mais en octobre 2008, lors des élections présidentielles, premières élections multipartites de l'histoire du pays, suite à l'adoption d'une nouvelle Constitution le 7 août 2008, alors que le président sortant Gayoom visait un septième mandat, son principal opposant **Mohamed Nasheed** a finalement été élu avec 54,2 % des voix. En octobre 2009, Nasheed a organisé un conseil des ministres sous-marin, à trois mètres sous le niveau de la mer, afin d'alerter l'opinion publique mondiale sur le risque de disparition à terme de son pays en raison de l'élévation du niveau des eaux suscitée par le réchauffement climatique. Les Maldives sont résolument entrées dans une nouvelle ère politique.

Les Maldives, terre d'escale des voyageurs

Sur la route des Indes, l'archipel fut la terre d'escale des voyageurs. Parmi les plus célèbres, on compte bien entendu Abu Barakaath Yusuf al-Barabary au XIIe siècle et Ibn Battuta au XIVe siècle. Mais également François Pyrard de Laval, qui débarqua en 1602 sur l'île de Fulhadhu, dans le petit atoll de Goidhu, au sud de l'atoll de Baa, à la suite du naufrage de son navire, le *Corbin.* Prisonnier pendant 5 ans, il parvint à s'échapper et à atteindre Ceylan. Il écrivit un récit de la vie aux Maldives au début du XVIIe siècle. Plus récemment, dans la seconde moitié du XXe siècle, Thor Heyerdahl séjourna dans l'archipel pour étudier et découvrir l'origine des premiers habitants. Enfin, en 1987, le commandant Cousteau plongea dans les eaux de l'archipel. Quoi qu'il en soit, les traits de ses habitants sont aujourd'hui la meilleure preuve que les Maldives furent un carrefour entre l'Asie, l'Arabie, l'Afrique et l'Inde.

Regards actuels

Les Maldiviens vivent sur la mer, pour la mer et de la mer. A titre d'exemple révélateur, la première monnaie qui eut cours jusqu'en 1650 dans l'archipel était un coquillage, une porcelaine plus précisément, dont le nom scientifique Cyprea monita reflétait bien son utilisation.

ÉCONOMIE

Les Maldives ont longtemps figuré parmi les pays les plus pauvres de la planète. A la fin du XX^e siècle, le revenu annuel moyen a fait un grand bond en avant, passant de 80 US$ en 1979 à 1 620 US$ en 1995, grâce essentiellement à **la pêche et au tourisme,** devenu la première source de revenu.

La pêche

Pêcheurs depuis la nuit des temps, les Maldiviens ont considérablement augmenté leur rendement de la capture du thon, effectuée aujourd'hui encore de façon traditionnelle (c'est-à-dire par l'utilisation de lignes et d'hameçons et non pas du filet). Cette pêche emploie environ 25 % de la population active qui sillonne les quelque 90 000 km² de mer, à bord du fameux **dhoni maldivien.** Outre les conserveries locales, des bateaux frigorifiques étrangers achètent le poisson directement aux pêcheurs.

Le tourisme

Chapelet d'îles perdues dans l'océan Indien, l'archipel a longtemps été peu fréquenté. De 1 000 touristes en 1972, à 400 000 en 1998 et 570 000 en 2004, **l'activité touristique connaît une véritable explosion** même si elle a souffert des conséquences du Tsunami du 26 décembre 2004 dont l'impact est désormais résorbé. Aujourd'hui, les 95 îles-hôtels possèdent les infrastructures les plus modernes pour accueillir une clientèle des plus exigeantes. Toutes sont reliées à la planète entière *via* des lignes satellites par Internet ou par téléphone (elles sont souvent équipées des deux), proposent de nombreuses chaînes de télévision ainsi que de nombreux services

Avec 80 000 habitants, Malé représente plus du quart de la population totale.

et activités (sports nautiques, spa…). En 2004, l'Etat maldivien a décidé de mettre aux enchères 11 de ses îles afin de développer le tourisme dans les atolls les plus reculés du Nord et du Sud.

INSTITUTIONS POLITIQUES ET ADMINISTRATIVES

Les Maldives sont une **république islamique présidentielle,** dont le président actuel, **Mohamed Nasheed,** a été élu le 28 octobre 2008. Le parlement est composé de **48 députés,** élus eux aussi pour 5 ans. Divisé en 20 atolls administratifs, l'archipel compte 2 députés par atoll, auxquels s'ajoutent 8 députés nommés par le président. Ce dernier est nommé par l'Assemblée et confirmé à la tête de l'Etat par référendum au suffrage universel. Il est également le chef des armées et le gardien des principes religieux. Il nomme aussi les juges chargés d'appliquer la loi islamique.

POPULATION

En 2008, environ **379 174 habitants** sont répartis sur **203 îles dites « de pêcheurs »,** qui s'ajoutent aux **95 îles-hôtels.** Grâce à l'amélioration des structures médicales, l'espérance de vie a considérablement augmenté au cours de ces vingt dernières années et elle atteint 70 ans pour les femmes et 69 ans pour les hommes. Le taux de natalité est de 2,6 ‰ et le taux de mortalité de 0,5 ‰, ce qui témoigne des récents progrès de l'éducation à travers le planning familial et des soins médicaux.

RELIGION

L'islam est la religion d'Etat. Pratiqué jusqu'au XII^e siècle, le bouddhisme a été évincé. Aujourd'hui, la totalité des habitants sont musulmans sunnites et un étranger ne peut épouser une Maldivienne, ou devenir maldivien, sans se convertir à l'islam. La pratique de toute autre religion est **interdite et sévèrement réprimée.** Reposant sur la loi islamique, la Constitution a été proclamée au nom d'Allah. Les Maldiviens respectent les piliers de la religion, comme **les cinq prières quotidiennes** (les magasins sont fermés à ces moments-là), **le jeûne pendant le ramadan,** participer si possible au pèlerinage de La Mecque, pratiquer l'aumône… En principe, comme tout bon musulman, ils ne peuvent consommer ni alcool, ni porc et ils s'exposent à des sanctions en cas de manquement.

Le divorce, un record mondial

Les Maldiviens se marient jeunes et de nombreuses fois. La plupart des femmes rencontrent en général avant l'âge de 20 ans un époux plus âgé qu'elles. Le mariage est soumis à la loi islamique. Ainsi, la femme adultère peut être battue et le mari peut répudier sa femme très facilement. Il suffit qu'il le lui dise et en informe le chef de l'île. A l'inverse, si une femme veut divorcer, elle doit obtenir l'assentiment de son mari ou se lancer dans une procédure longue et ardue. Un homme peut avoir 4 femmes à condition qu'il les entretienne. Un pêcheur, ou un marin, peut se marier autant de fois sur chaque île accostée et divorcer le lendemain. Ainsi, il n'est pas exceptionnel pour certains d'entre eux d'avoir été mariés à 20 femmes différentes. Le taux de divorce est de 59 % : un record mondial !

VIE SOCIALE

La majorité des hommes passent leur vie en mer et pratiquent la pêche. Dans les îles de pêcheurs, le rôle de la femme est donc essentiel. Elle élève les enfants, ou plutôt la ribambelle d'enfants.
Ces derniers fréquentent l'école coranique – il y en a une sur chaque île – où ils apprennent le divehi et l'anglais. Plus tard, ils peuvent se rendre à Malé s'ils veulent poursuivre des études secondaires, et à l'étranger (Inde, Sri Lanka, Australie…) pour étudier à l'université. Le chef de l'île, le *khatib,* représente l'autorité de la capitale Malé dans les régions les plus reculées.

ART ET CULTURE

Les Maldives ont été autrefois un carrefour d'échanges et de cultures venues de tous les horizons. Ainsi, on trouve toujours certaines danses et musiques, à base de percussions, sans doute d'origine africaine.
Mais aujourd'hui, beaucoup de jeunes sont victimes d'une **occidentalisation poussée à outrance,** dans leur choix vestimentaire ou dans la musique qu'ils écoutent ou les films qu'ils vont voir. Cependant, les Maldiviens souhaitent retrouver et cultiver leurs racines, en les remettant au goût du jour ; par exemple, plusieurs groupes de rock chantent en divehi.

FÊTES ET COUTUMES

Ramadan : 9e mois du calendrier religieux.
Kuda Eid : fin du ramadan quand la nouvelle lune apparaît dans le ciel.
Bodu Eid : fête lors du départ des pèlerins pour La Mecque.
Allah Eid : anniversaire de Mahomet.
Huravee Day : célébration du reflux des Malabars en Inde après une brève occupation en 1752.
Martyr's Day : le 9 novembre, mort du Sultan Ali VI assassiné par les envahisseurs portugais en 1558.
Independance Day : les 26 et 27 juillet.
Echec du coup d'Etat de 1988 : le 3 novembre.
Republic Day : les 11 et 12 novembre, adoption de la dernière Constitution.

Se déplacer

North Male Atoll 38 ▪ **South Male Atoll** 51
Ari Atoll et Rasdhu Atoll 60 ▪ **Raa et Baa Atoll** 75
Lhaviyani Atoll 86 ▪ **Haa Alifu** 96 ▪ **Atolls du Centre** 102
Addu Atoll 112 ▪ **Les plaisirs hors plongée** 119

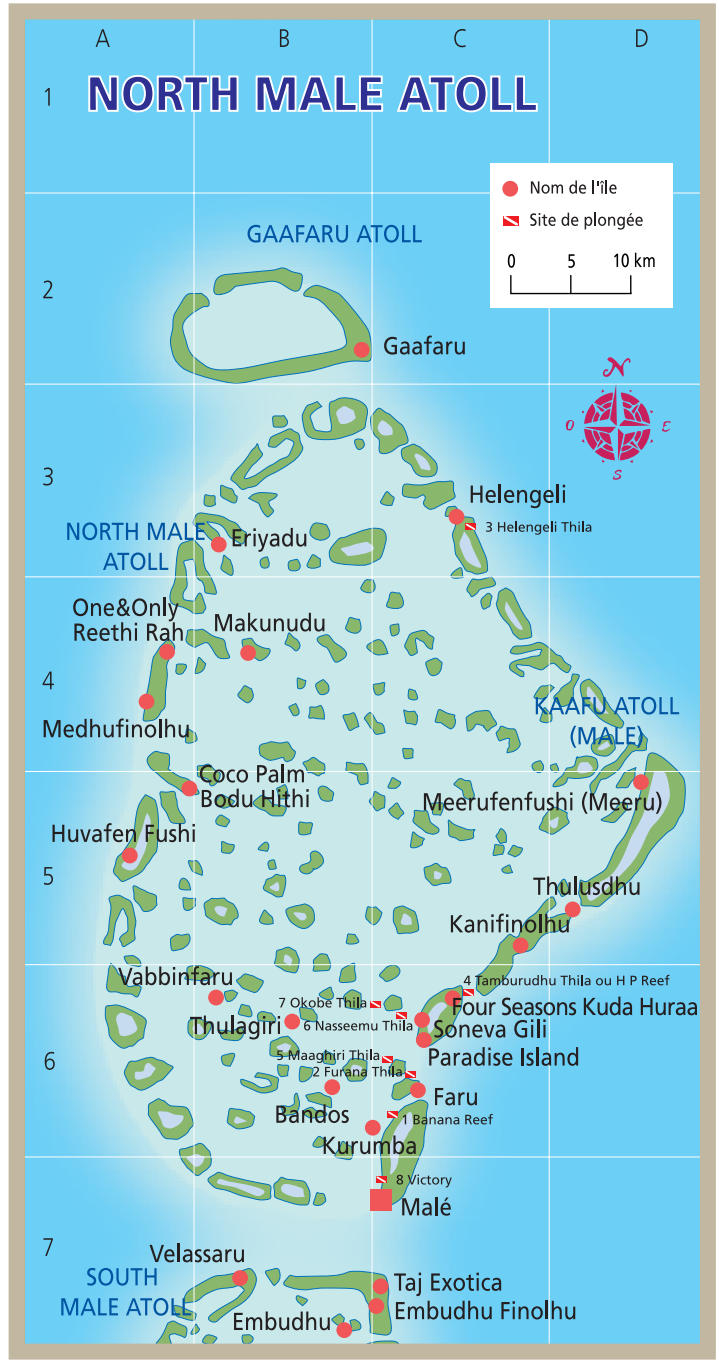
North Male Atoll

L'atoll de Malé Nord fut le premier à s'ouvrir au tourisme avec l'inauguration de la première île-hôtel Kurumba en 1972. La zone administrative de Kaafu regroupe en fait l'atoll géographique de Malé Nord mais aussi celui de Malé Sud et deux petits atolls : Gaafaru, au nord de Malé Nord, et Kaashidhu, une île au nord de Gaafaru. L'atoll tire son nom de l'île capitale du pays, la plus peuplée de l'archipel – 80 000 habitants sur une superficie de 3 km², probablement le record mondial. Malé, l'île du Sultan à l'origine, est devenue le poumon économique du pays tout en conservant par certains côtés un aspect pittoresque. Cet atoll abrite également l'aéroport international d'Hulule, véritable île-porte-avion. Ce paradis des plongeurs est aussi fort apprécié des surfeurs, qui viennent affronter les vagues de la côte est entre avril et octobre principalement.

Helengeli

A 45 min en hydravion, 3 h en bateau de Malé.

Située à l'extrême nord de l'atoll de Malé Nord, cette île simple a su garder son **état sauvage** naturel. La végétation tropicale y est abondante. Son lagon magnifique, son récif intérieur riche en flore et en faune, attirent les amateurs de **plongée**.



Au rythme du Bodu Beru

C'est sous cette appellation, qui signifie « grand tambour », qu'est connue la forme la plus répandue de musique traditionnelle et de danse aux Maldives. Ce fascinant spectacle, interprété par une quinzaine de participants, dont trois joueurs de tambour et un chanteur soliste, débute par un lent et progressif balancement des bras, qui s'anime à mesure que le tempo s'accélère, pour s'achever en une frénésie rythmique. La musique recèle de fortes influences d'Afrique de l'Est. On dit que le Bodu Beru, communément appelé Baburu Lava (« chant négroïde »), aurait fait son apparition aux Maldives au XIe siècle ou même avant. Mélange de vocabulaires local et africain, les paroles sont dépourvues de sens. Mais, de plus en plus, on peut entendre des chants en langue divehie composés sur les rythmes du Bodu Beru.

Makunudu

A 50 min en bateau rapide de Malé.

Au nord-ouest de l'atoll, c'est une petite île tout en longueur, orientée est-ouest, où la nature est préservée. Son **lagon** est merveilleux, et le récif intérieur proche permet des plongées avec tuba directement depuis l'île. Conviviale par ses petites dimensions, elle peut être parcourue en boucle en un quart d'heure.

One and Only Reethi Rah

A 50 min en bateau rapide.

Sur la bordure occidentale de l'atoll de Malé Nord, longue de 800 m et large de 120 m, c'est l'une des rares îles à avoir conservé leurs traits naturels dans une belle **végétation** tropicale. Son nom signifie « belle île »…

Vabbinfaru (Banyan Tree)

A 20 min en bateau rapide, 1 h en dhoni de Malé.

Située au nord de Malé, l'île est ronde (200 m de diamètre), le récif très proche et le lagon peu profond et transparent (1,5 m), riche en coquillages et poissons. Une **végétation luxuriante** complète cet environnement en tous points exceptionnel, plein de **charme** et de raffinement.

Furana Fushi (Full Moon)

A 20 min en bateau de Malé.

A l'est de l'atoll de Malé Nord, à proximité de la capitale, en direction du nord-est, dans un cadre enchanteur, cette île est dotée de tout le confort rêvé.

Les jardins sont parfaitement soignés, et une très belle végétation tropicale entoure les bungalows à étage.

Une partie du littoral est occupée par des bungalows **sur pilotis.** La plage de sable est agrémentée de belles petites criques. Près de Furana, **le site de Banana Split** est un lieu de plongée fréquenté.

Bandos

A 15 min en bateau rapide, 45 min en dhoni de Malé.

Presque ronde, elle a une superficie relativement importante de 2 km². Elle fut ouverte au tourisme dès **1972.** Des excursions sont organisées sur l'île voisine de Little Bandos.

Lankan Finolhu (Paradise Island Resort)

A 20 min en bateau rapide de Malé.

Il s'agit d'une île moderne, au nord-est de Malé Nord, où toutes les activités sont proposées.

Kanifinolhu (Club Med Kani)

A 30 min en bateau rapide, 1 h 30 en dhoni de Malé.

Allongée, d'une superficie de 10 hectares, elle est entourée d'un très grand lagon qui abrite une **île de pêcheurs.**

Peu profond à l'est, le lagon peut atteindre 6 à 8 m à l'ouest. Idéalement située pour la pratique de **la plongée sous-marine,** à proximité immédiate de la grande barrière, cette île est considérée comme l'une des plus belles de l'atoll de Malé Nord.

Meerufenfushi (Meeru Island Resort)

A 55 min en bateau rapide, 2 h 30 en dhoni de Malé.

Elle est située sur la barrière extérieure, au nord-est de l'atoll de Malé Nord. Une végétation luxuriante, avec une **superbe cocoteraie,** caractérise cette île, qui est la plus grande de l'atoll. Le vaste lagon permet la pratique de la **planche à voile ;** la plongée y est également largement pratiquée.

Thulagiri

A 30 min en bateau rapide de Malé.

Pleine de **charme,** elle fut l'une des toutes premières îles développées par des Français.

Nilhandoo

La mosquée que l'on peut voir aujourd'hui fut bâtie de 1153 à 1166 par le premier sultan des Maldives, Mohamed Ibn Abdhulla, en utilisant les pierres des anciens temples.

Aasaakiiym Miskiiy, deuxième plus ancienne mosquée des Maldives, présente une belle architecture avec un intérieur décoré de superbes ornementations en bois.

Malé, la capitale

Près de l'aéroport et à la pointe sud de l'atoll nord de Malé, la capitale des Maldives est une petite **ville pittoresque,** concentrée sur un espace restreint de 2 km sur 1,5 km, pour une population de **82 000 habitants,** chiffre auquel il convient d'ajouter les visiteurs. Elle était connue autrefois comme l'île du Sultan. Propre et ordonnée, avec ses mosquées, ses marchés et ses **petites rues** au charme suranné, elle présente également le visage moderne d'une ville commerciale active.

le guide!

Suivez

Passez une nuit magique sous les étoiles, à bord d'un dhoni, où deux heures d'une pêche fructueuse vous assureront un dîner-barbecue de qualité, sur une plage, au rythme du Bodu Beru.

le guide!

Suivez

Ne soyez pas surpris si l'on vous dit de vous méfier des *jinni,* esprits malfaisants originaires de la mer, de la terre et du ciel. Selon d'anciennes croyances, ils sont tenus pour responsables de ce qui ne peut être expliqué, ni par la religion, ni par la science.

Les maisons de Malé s'habillent de couleurs.

National Museum

Ouvert tlj sauf vendredi de 9 h à 15 h. Entrée payante.

Il propose un certain nombre de trésors ayant appartenu aux **sultans.** Deux salles adjacentes présentent quelques-unes des découvertes archéologiques de Thor Heyerdahl, qui concernent **la période préislamique** de l'histoire des Maldives. La plupart des œuvres sont en calcaire : têtes du Bouddha, représentations de la déesse Tara…

Islamic Centre et mosquées

Tout près se trouvent le parc du Sultan et l'impressionnant Islamic Centre, bâti en 1984, ainsi que la Grande Mosquée ou mosquée du Vendredi dont la cour est pavée de carreaux de marbre de Grèce. Des tapis pakistanais ainsi que des panneaux de bois sculptés décorent la salle de prière. Malé possède une vingtaine de mosquées, mais la vieille mosquée du Vendredi, **Hukuru Miskit,** est l'une des 3 plus anciennes mosquées des îles Maldives. Construite en 1656 en blocs de corail, elle possède un intérieur richement orné de panneaux de teck et de bois de santal. A la différence de la Grande Mosquée, elle n'est pas orientée en direction de La Mecque, car elle a été bâtie sur les ruines d'un temple solaire qui était tourné vers l'Est. Un long panneau, sculpté au XIII^{e} siècle, commémore l'introduction de l'islam aux Maldives. A l'extérieur se trouve la tombe d'Abu Barakaath Yusuf al-Barbary.

SOUS L'EAU

Malé Nord, à l'instar de tous les autres atolls d'ailleurs, est un éden sous-marin. Cet atoll, pionnier en matière de plongée, **est probablement celui dont les fonds sous-marins ont été le plus prospectés.** En basse saison, de mai à novembre, il permet aux passionnés d'admirer les raies manta sur les nombreux sites où elles viennent se faire nettoyer.

Clubs de plongée

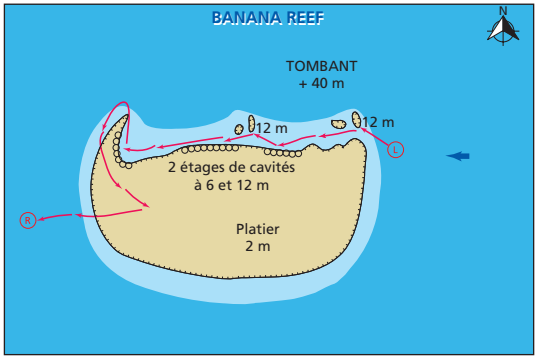
– *Four Season Resort Diving Center*,
– *Ocean Pro Dive Team* sur Helengeli,
– *Divers Haven* sur Huvafen Fushi,
– *Dive Ocean* sur Makunudu,
– *Ocean Pro Dive Team* sur Meeru,
– *Soneva Gili Diving Center* sur Soneva Gili,
– *Sub Aqua Dive Center* sur Thulhagiri,
– *Reethi Raa Diving Center*,
– *Dive Ocean Bodu Hithi*.

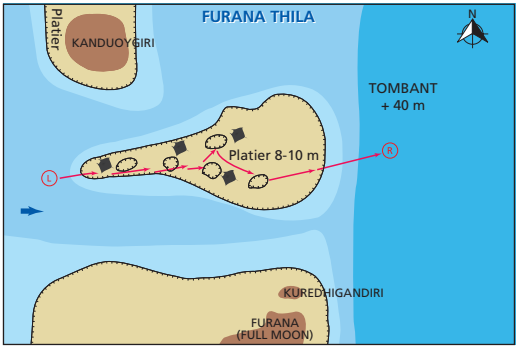
Carnet de plongée

Banana Reef (1)

Localisation : C6, situé du côté sud-est de l'atoll.

Banana Reef est la grande plongée classique des Maldives. Il s'agit d'un sec allongé en forme de croissant ou de banane – d'où son nom. **1998 fut « l'année El Niño »,** du nom de cette perturbation de masse d'air et de courants chauds. Les Maldives, à l'instar de tout l'océan Indien, ont connu un réchauffement de la mer ainsi qu'une hausse de la température extérieure. Avant El Niño, le platier, qui remonte à une profondeur de 2 m, était constitué de superbes tables d'acropora, toutes mortes depuis. Comme sur de nombreux autres spots de plongée, les coraux repoussent cependant à une vitesse surprenante et les poissons sont toujours fidèles au rendez-vous. Elle constitue une **excellente plongée de réadaptation** lorsque le courant est faible, voire inexistant, sinon gare à la « machine à laver », célèbre cavité qui tire son nom de la force avec laquelle elle projette contre la paroi le plongeur imprudent ! La plongée s'accomplit généralement courant rentrant, le long de **surplombs qui abritent une faune récifale riche :** napoléons, poissons-soldats, gaterins, etc. Il y a plusieurs niveaux de surplombs et l'on peut très bien commencer la plongée dans un sens dans la zone des 18-20 m puis revenir – à contre-courant dans les surplombs, c'est très facile – vers les 10 m pour enfin repartir dans la première direction dans les 5-6 m et terminer ainsi en se laissant porter et récupérer par le *dhoni* qui attend dans l'atoll.



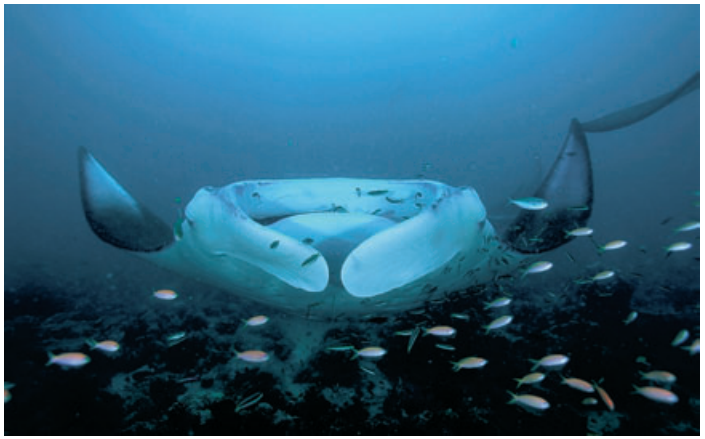


Furana Thila (2)

Localisation : C6, situé du côté sud-est de l'atoll, juste au nord du Club Med de Faru, à 5 min en dhoni.

Cette plongée présente un intérêt pendant la saison basse, entre juillet et décembre, et par courant sortant. **Les raies manta viennent se faire nettoyer** sur les nombreuses « patates » de corail, où abondent les labres nettoyeurs. Ne pas hésiter à sauter bien à l'intérieur de la passe, presque au bout du sec qui remonte à une profondeur de 8 m. Se laisser porter par le courant et s'arrêter au pied des **nombreux massifs de « porites »** dans l'attente qu'une ou plusieurs raies procèdent à un brin de toilette. En se faisant le plus discret possible et en se collant sur le platier au pied du bloc, **on peut les approcher de très près.** Lorsque par malchance elles ne

Le nettoyage des raies manta, une attraction très prisée des plongeurs.



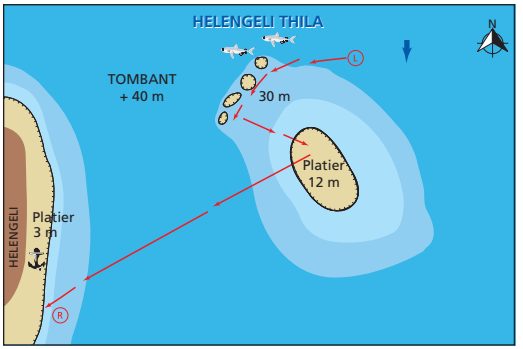
Ce poisson-pilote profite du requin gris pour se protéger d'éventuels prédateurs.

sont pas là, il reste comme lot de consolation les nombreuses tortues, **les murènes de Java et nid-d'abeilles** qui habitent les innombrables trous, les bancs de lutjans et de fusiliers, les gaterins, les poissons-chirurgiens ainsi que les poissons-perroquets qui broutent bruyamment le récif. La remontée se fait dans le bleu, parachute de signalisation bien en évidence.

Helengeli Thila (3)

Localisation : C3, situé du côté nord-est de l'atoll, juste en face de l'île d'Helengeli.

Situé à l'est de l'atoll de Malé Nord, ce sec présente plus d'intérêt par un courant entrant, c'est-à-dire est-ouest, d'une part parce que les bêtes sont concentrées sur la partie est et, d'autre part, parce que la visibilité est bien meilleure. Ce sec, qui remonte d'un fond d'environ 40 m pour la partie qui se trouve dans l'atoll, culmine vers 8-9 m pour un diamètre d'environ 150

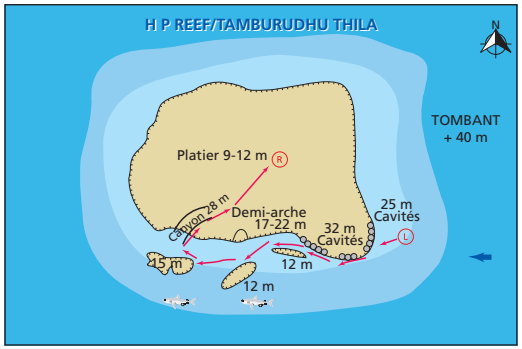


à 200 m. La partie la plus passionnante se situe du côté nord/nord-ouest. Les requins passent fréquemment, notamment des **requins gris et des dormeurs.** Vers le bas se trouve un chatoyant banc de poissons-chirurgiens à éperon jaune. En remontant sur le dessus du sec on rencontrera certainement une ou plusieurs tortues, des **bancs de barracudas et de carangues** ainsi que toute la faune classique des récifs des Maldives. La plongée s'achève facilement en nageant dans le bleu sur une distance de 50 m vers le nord pour finir sur **le récif est de l'île,** qui lui remonte à 2-3 m. Une gigantesque ancre provenant d'un bateau probablement ancien y repose. En cas de fort courant, finir sur le récif de l'île offre, au bout d'un moment, un havre de paix bien abrité. On peut même remonter directement sur la plage de l'île.

H P Reef ou Tamburudhu Thila (4)

Localisation : C6, situé du côté sud-est de l'atoll.

Tamburudhu Thila, du nom de l'île la plus proche, est l'une des plus belles plongées du nord-est de l'atoll. Le site est formé d'un **sec très étendu** (entre 300 et 400 m de diamètre environ). **Trois gros blocs** longent le côté sud du sec et l'un d'entre eux, le plus proche du tombant, forme une sorte de paroi élevée. Tous ces blocs sont recouverts de **coraux mous multicolores,** qui, avec l'architecture du lieu, constituent l'un des nombreux attraits permettant aux plongeurs de se faufiler entre les blocs et la demi-arche. Cette plongée s'effectue le plus souvent dans le courant, ce qui ne pose pas de problème particulier car, comme beaucoup de plongées aux Maldives, elle s'effectue en « dérivante ». Souvent, des **requins gris** tournent en bas des formations vers les 30 à 35 m. Des requins pointes blanches guettent, posés sur le fond, dans les cavités, sur le sable. Le haut du sec, où se termine naturellement la plongée, se situe vers les 8-9 m de profondeur. On y observe des **barracudas** de taille impressionnante, ainsi qu'occasionnellement des raies-aigles.
Cette plongée se situe près d'une île occupée par les forces armées maldiviennes, qui y effectuent de temps en temps des exercices militaires et procèdent à des tirs. Lors de ces entraînements, un drapeau rouge est hissé



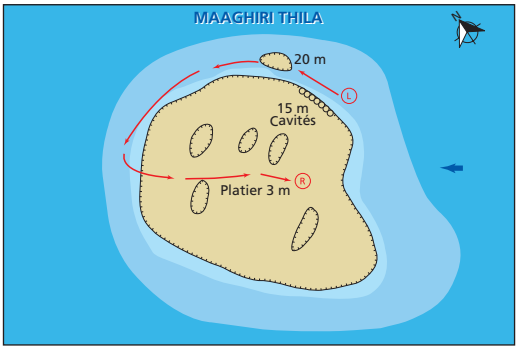
Les tortues, protégées, sont très courantes dans le paysage sous-marin.

au-dessus de l'île, signalant l'interdiction d'y plonger pour des raisons évidentes de sécurité. Il est malheureusement impossible de s'informer à l'avance ; ce n'est qu'une fois sur place que l'on découvre si l'on peut se jeter à l'eau ou non.

Maaghiri Thila (5)

Localisation : C6, situé du côté sud-est de l'atoll, à 15 min en dhoni *du Club Med de Faru.*

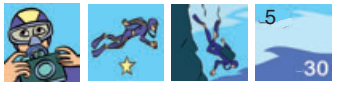
Cette **plongée de réadaptation** ne présente aucune difficulté particulière : peu profonde, bien abritée à l'intérieur de l'atoll, sans trop de courant la plupart du temps. Ce petit sec rond d'une cinquantaine de mètres de diamètre,



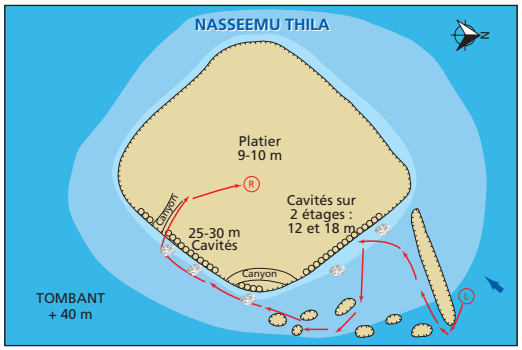
dont le bord se trouve à 20 m de profondeur, présente de nombreuses **stations de nettoyage.** Au milieu des bancs compacts de poissons-hachettes nains (*glassfishes*) qui occupent des petites cavités, toute une population de mérous, de balistes et même de barbiers nains, immobiles et gueule ouverte, lance un appel pressant aux crevettes, qui colonisent le moindre recoin. Celles-ci, comprenant la demande, se précipitent, qui dans la bouche, qui dans les ouïes, qui sur le corps, pour accomplir leur fonction. Toutes ces scènes, pour peu qu'on les observe patiemment et que l'on se fasse accepter, sont accessibles au photographe. Plus loin, vers les 15-20 m juste au bord du sec, **plusieurs murènes rubans ou rhinomurènes** blanc et noir agitent leur corps à moitié sorti de leur trou. La remontée se fait en douceur pour se terminer sur le dessus du sec, où l'on peut effectuer ses paliers de sécurité entouré par la faune habituelle, dont une ou **plusieurs tortues.**

Nasseemu Thila (6)

Localisation : C6, situé du côté sud-est de l'atoll.



Nasseemu Thila est un immense sec situé au sud-est de l'atoll. La plongée s'effectue sur le côté est du sec, quasiment comme une plongée sur un tombant. Le pic est bordé de **plusieurs blocs de corail,** qui font l'intérêt de la plongée, et qui invitent à passer de l'un à l'autre, vers une profondeur de 30 m. Lorsqu'il y a peu de courant, ces « patates », recouvertes de **coraux mous,** offrent toutes des points d'attraction pour les bancs de poissons de récifs, tels que les lutjans (*monostigma*), les vivaneaux à raies bleues, les lutjans rouges, les poissons-soldats… Il est également possible d'observer à la base d'une patate un **requin dormeur** au fond d'un recoin.
Après avoir effectué sa plongée en se promenant entre les blocs, la suite logique est de longer le tombant du sec principal vers une profondeur de 20 m dans un sens, puis dans l'autre vers une profondeur de 12 m. Là aussi, on retrouve **la faune colorée et grégaire des récifs :** poissons-soldats, poissons-écureuils. Etre accompagné tout le long de sa plongée par un **poisson-napoléon** est presque devenu un rituel : peu farouche, il garde néanmoins



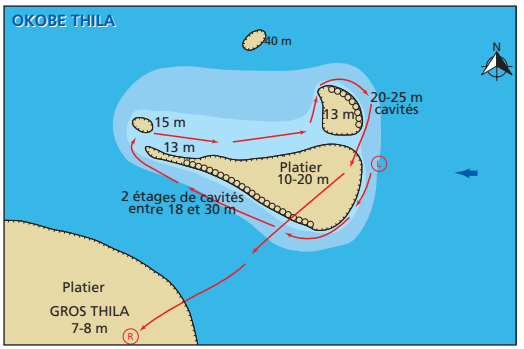
Le camouflage rend les poissons-scorpions difficiles à dénicher sous l'eau.

ses distances. La plongée se termine tout naturellement sur le platier, à une profondeur de 9 m, où l'on peut admirer parmi la faune fixée, outre les poissons habituels, des **tortues.** Les paliers s'effectuent en eau libre au-dessus du sec. Les courants pouvant entraîner les plongeurs au large, il ne faut pas hésiter à déployer immédiatement son parachute de signalisation.

Okobe Thila (7)

Localisation : C6, situé du côté sud à l'intérieur de l'atoll.

La plongée se déroule sur un **petit sec** à côté duquel se trouve un **massif de corail.** Entre les deux s'ouvre ce qu'on peut comparer à un **petit canyon.** Le haut du sec s'élève à 14 m et le bloc est un peu plus profond. Plus bas, dans la zone des 40 m d'autres « patates » de corail abritent une population de gaterins. La plongée dans la zone des 30 m suffit amplement au bonheur d'un plongeur. Son **architecture et la faune qu'elle recèle** en font une des plus belles plongées de Malé Nord. Outre les

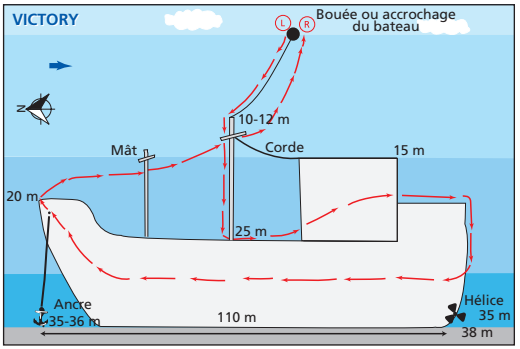


coraux mous qui recouvrent les surplombs et les cavités du sec et du bloc, on y voit des bancs de nasons et de platax, des barracudas et des carangues. De nombreux **poissons-scorpions,** au mimétisme plus que parfait, y sont tapis et échapperont au regard d'un plongeur trop pressé. Après avoir exploré le canyon – dans la zone des 25 m – et fait le tour des deux secs, l'usage est en général de nager entre une cinquantaine et une centaine de mètres plein ouest. On trouve alors un récif un peu moins profond – 12 m – sur lequel on termine la plongée entouré de la faune récifale habituelle.

Victory (8)

Localisation : C7, situé du côté sud-est de l'atoll, juste à la sortie de l'aéroport, en face de Malé.

L'épave du Victory gît par 35 m de fond pour sa partie la plus profonde, à savoir l'hélice. La structure supérieure du bateau et le pont se situent vers 20-25 m. Les deux mâts se dressent un peu au-dessus de 12 m. L'un d'entre eux est marqué par une bouée, permettant aux bateaux de plongée de s'y attacher. Cette plongée nécessite de la prudence, car elle se fait souvent avec un **courant qui peut être fort.** De plus, comme elle est située à la sortie de l'aéroport sur la route de Malé, le plongeur inattentif ou inexpérimenté peut très vite se retrouver embarqué par le courant et émerger au milieu des navettes entre l'aéroport et Malé. En outre, en fonction du courant, la visibilité peut être très mauvaise : le récif de l'aéroport draine des multitudes de particules, ce qui est facteur de danger supplémentaire. Hormis ces risques, par mer sans courant, c'est une plongée très facile où l'on descend et remonte au mouillage. Le *Victory* est un **cargo sous pavillon maldivien qui s'est fracassé à pleine vitesse sur le récif de l'aéroport le 13 février 1981.** Il n'eut aucune victime parmi les membres de l'équipage et les passagers. En très bon état, il repose bien droit sur le fond. Comme toute épave, il a contribué à fixer une faune comme des **platax** et des **barracudas.** On peut voir également le long des superstructures différentes espèces de **nudibranches,** sortes de limaces des mers.



South Male Atoll

Administrativement, Malé Sud fait partie du même atoll que Malé Nord, Gaafaru et Kaashidhu. Nettement moins peuplé que son grand frère du nord, il compte très peu d'îles de pêcheurs. La principale, ou du moins la plus visitée, est Guraidhu, à l'est. Cette dernière accueille en effet de nombreux excursionnistes venant de toutes les îles touristiques alentour, et a perdu un peu de son âme. Ses rues sont entièrement bordées par des boutiques proposant toutes les mêmes souvenirs « made in China » ou « made in Bali ».

Velassaru (Laguna Maldives)

A 25 min en bateau rapide de Malé.

L'une des îles les plus **luxueuses** de l'atoll sud de Malé, avec sa plage magnifique et ses grands palmiers.

Embudu (Embudu Village)

A 45 min en bateau rapide de Malé.

Au sud de l'aéroport de Malé, cette île à la très belle forme arrondie et à la végétation luxuriante est proche de **la célèbre passe de Vadoo,** ce qui en fait l'une des bases préférées des plongeurs.

Embudhu Finolhu (Taj Exotica Resort)

A 20 min en bateau rapide de Malé.

C'est la plus proche voisine d'Embudhu. Sa position sur les bords de la passe de Vadoo en fait également une excellente base de plongée. Le plus remarquable est son immense **lagon** s'étendant vers le sud.

Une escorte de dauphins au royaume de la mer.

Biyadoo Island Resort

A 1 h en bateau rapide, 2 h 30 en dhoni de Malé.
Située au sud-est de l'atoll de Malé, cette grande île s'étend sur près de 25 hectares. Sa **végétation** est dense et variée, avec de vieux arbres et des fleurs (roses). Son beau lagon est propice à l'observation sous-marine.

Rihiveli (Rihiveli Beach Resort)

A 45 min en bateau rapide de Malé ; www.rihiveli-maldives.com
Au sud de l'atoll de Malé Sud, au bord de la barrière de corail, elle est longue de 350 m et large de 75 m, avec une orientation nord-sud. Les amateurs de promenades solitaires peuvent se diriger vers **deux îles désertes** accessibles à pied, en planche à voile ou en catamaran : l'île aux Oiseaux et l'île du Soleil levant. Tant par sa beauté naturelle que par la qualité de son ambiance, elle est considérée comme **l'une des meilleures îles** des Maldives.

Bodu Finolhu (Fun Island)

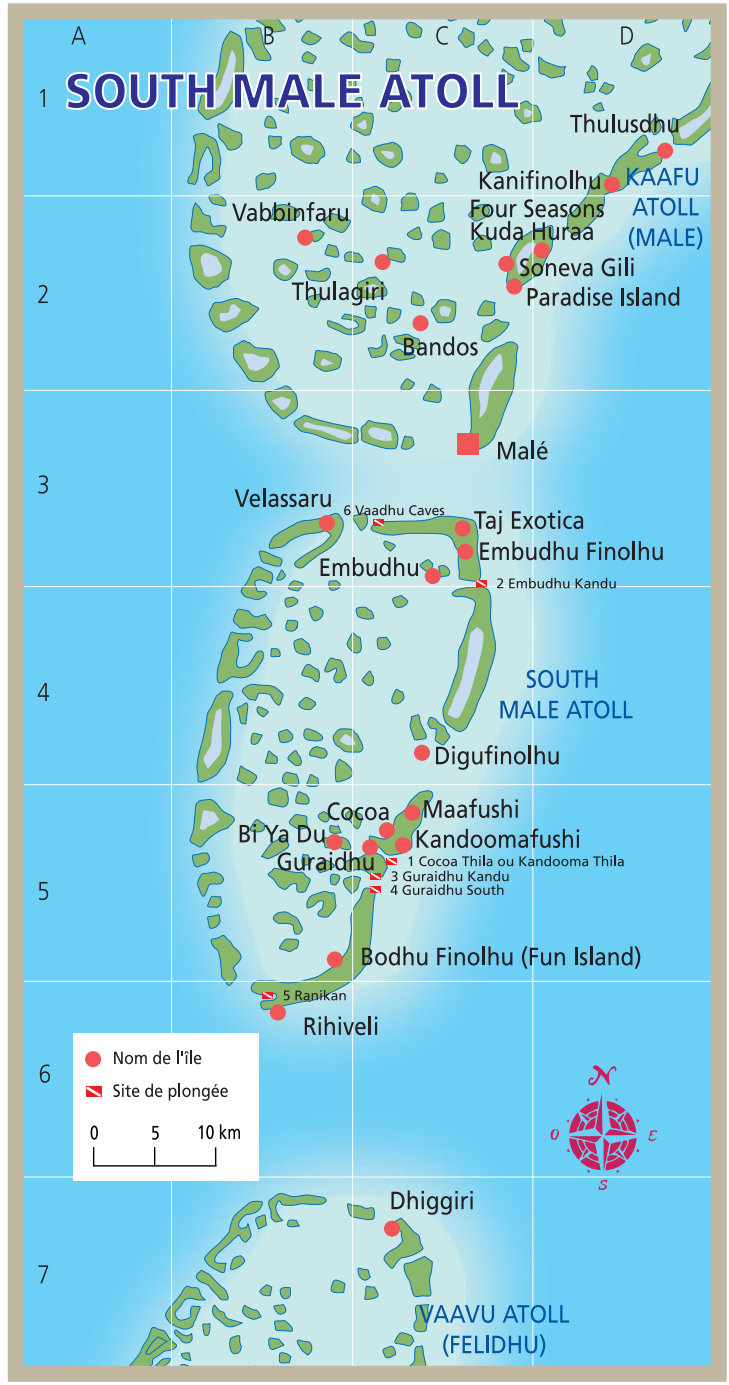
A 45 min en bateau rapide de Malé.
Cette île, belle et confortable, possède un lagon magnifique et des **fonds sous-marins** particulièrement appréciés.

SOUS L'EAU

Malé Sud est très connu pour **ses deux passes, paradis du pélagique,** qui s'adressent cependant aux plongeurs confirmés en raison du courant. En effet avec un courant rentrant – c'est-à-dire est-ouest du fait de leur situation à l'est de l'atoll –, **Guraidhu Kandu** et **Embudhu Kandu** sont probablement les deux plongées les plus spectaculaires grâce à la présence des requins gris et de bancs de raies-aigles. Comme à Malé Nord, on peut admirer le nettoyage des raies manta durant la basse saison, sur le côté est de l'atoll, notamment à **Guraidhu South** et près de l'île de **Dighufinolhu.**

Clubs de plongée

– *Cocoa Dive Center* sur Cocoa Island,
– *Dive Center Laguna* du Laguna Beach Resort,
– *Dolphin Base* sur Aj Exotica,
– *Dive Ocean* sur Iyadhoo.
A noter que tous les centres offrent sensiblement les mêmes services : cours, excursions sous-marines, etc.



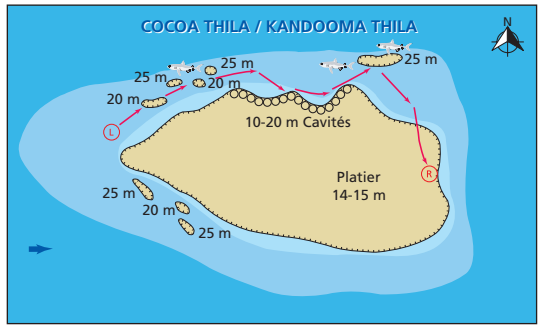
Les nudibranches sont des espèces de limaces sous-marines très colorées.

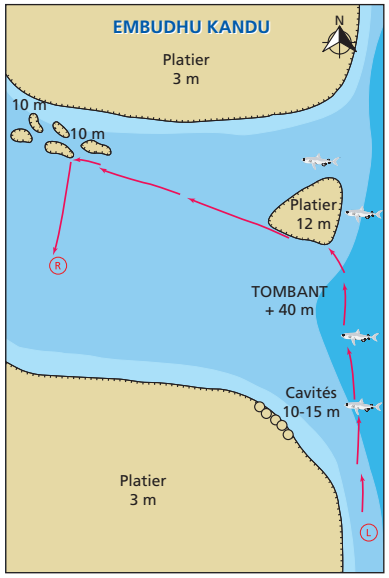
Carnet de plongée

Cocoa Thila ou Kandooma Thila (1)

Localisation : C5, situé du côté est de l'atoll, juste en face de l'île de Cocoa.

En raison de sa profondeur – le haut du sec est à 14-15 m, le bas à 30 m –, de sa situation – au bord de l'atoll, quasiment à l'extérieur – et des courants violents qui peuvent parfois le balayer, ce sec est plutôt réservé aux plongeurs confirmés. Pour l'intérêt de la plongée, mieux vaut se mettre à l'eau à l'intérieur de la passe avec un courant sortant (est ouest). Ce sec ovale, assez long – entre 300 et 400 m –, est bordé de part et d'autre **de nombreux blocs de coraux** qui abritent une multitude de poissons. Sur la pointe du sec, par courant sortant, il est fréquent de voir évoluer des raies-aigles ainsi que des bancs de barracudas et de carangues. En se laissant porter par le courant, on longe le sec sur son côté nord et, après quelques coups de palmes, apparaissent les premiers **requins pointe blanche,** très vite remplacés par des **requins gris.** En fonction de sa réserve d'air, on peut essayer de s'accrocher en bas pour admirer ce véritable ballet de requins gris, qui restent cependant à une distance respectable. La plongée peut s'achever par un passage sur le haut du récif où les tortues se laissent très facilement approcher. Un banc de platax se fait un plaisir d'accompagner les plongeurs dans leurs paliers, qui s'effectuent dans le bleu, parachute de signalisation impérativement déployé.





Embudhu Kandu (2)

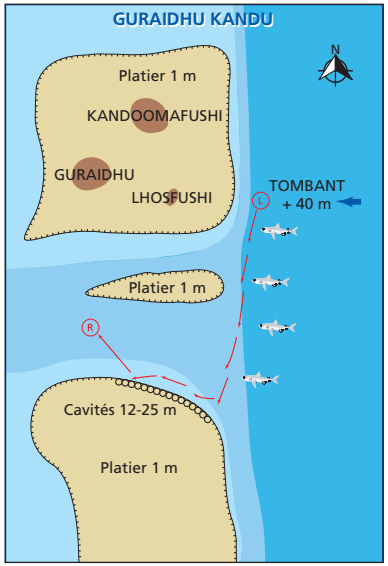
Localisation : C3, situé du côté nord-est de l'atoll, juste en face des îles d'Embudhu Finolhu et d'Embudhu Village.

Située sur la partie est de l'atoll, Embudhu Kandu, dont le nom signifie « passe d'Embudhu » en divehi, est **l'une des plongées les plus spectaculaires de l'archipel.** Il est vivement recommandé de plonger par courant rentrant, c'est-à-dire est ouest, seule condition pour voir **la faune pélagique.**

La passe est située entre l'île d'Embudhu Finolhu et le récif situé au marche de la passe se situe entre 35 et 40 m, ce qui est un peu plus profond que le maximum autorisé par la législation maldivienne.

Néanmoins, en cas de fort courant il est peut-être préférable de se tenir à cette profondeur plutôt que de se laisser embarquer dans le bleu ou de vouloir lutter contre le courant en risquant un essoufflement. On y voit des pélagiques : **requins pointe blanche** et **requins gris,** qui patrouillent sans relâche, **raies-aigles,** dont le vol quasi géostationnaire, sans effort apparent, a quelque chose à la fois d'irritant et de fascinant, bancs de **barracudas** et de **carangues…** Avec de la chance, on peut admirer une **énorme loche** – un très gros mérou – de la taille d'un requin gris.

On achève aisément la plongée en se laissant dériver à l'intérieur de la passe, pour terminer quelquefois sur le récif même de l'île d'Embudhu Village.



Guraidhu Kandu (3)

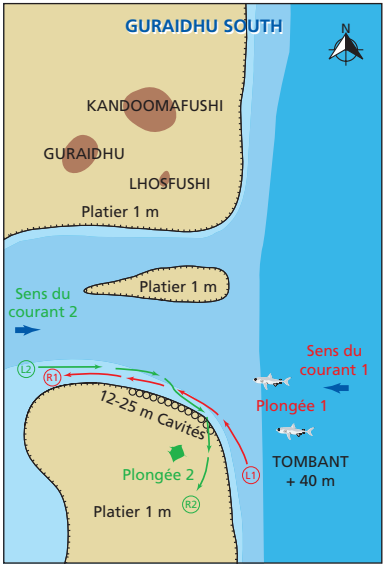
Localisation : C5, situé du côté sud-est de l'atoll, juste en face de l'île de Guraidhu.

Plus au sud que celle d'Embudhu Kandu, cette plongée présente de nombreuses similitudes avec celle-ci. Il s'agit également d'une passe entre le récif au sud de l'île de Guraidhu et l'île elle-même. Là encore, la passe mesure environ 200 m de large et sa marche se situe vers les 40 m de profondeur. Il est plus que recommandé de l'effectuer **courant rentrant** – est-ouest – pour des raisons de sécurité et de visibilité, ainsi que pour l'intérêt de la plongée. En cas de fort courant, il vaut mieux finir dans l'atoll, où un bateau finira toujours par apercevoir le plongeur perdu et le récupérera. En revanche, par courant sortant, le plongeur qui se laisse embarquer dans le bleu de l'océan est difficile à repérer sans moyens importants. **Requins pointe blanche et requins gris** patrouillent assidûment tandis que les raies-aigles, pouvant atteindre le nombre de 30, survolent les bulles des plongeurs.
Carangues et barracudas répondent également présent et fréquemment, surtout l'après-midi, des **requins-marteaux** sillonnent le bleu au-dessus de la passe. Le plongeur chanceux aura même la possibilité d'admirer le passage de **voiliers ou de marlins.** En cas de fort courant, si l'on effectue ses paliers de sécurité dans le bleu, il convient d'être très prudent en raison des courants descendants et ascendants, véritables tourbillons qui font descendre les bulles ! Si l'on a pu traverser entièrement la passe, il est facile d'effectuer ses paliers le long d'un des deux tombants en explorant le récif, habitat de nombreuses espèces coralliennes, comme les murènes, les gaterins, les bancs de poissons-soldats…

Guraidhu South (4)

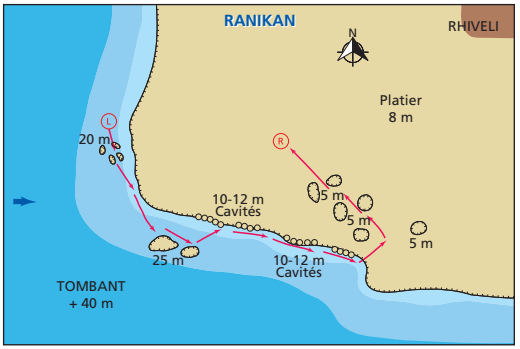
Localisation : C5, situé du côté sud-est de l'atoll, juste en face de l'île de Guraidhu.

Guraidhu South est le côté sud de la passe de Guraidhu Kandu. Mieux adaptée pour des plongeurs moins expérimentés, cette plongée n'en demeure pas moins l'une des plus belles de l'atoll.



En haute saison, de janvier à mai, il faut la faire **courant rentrant** – est-ouest – et se mettre à l'eau sur le côté extérieur du récif, au besoin assez loin pour avoir le temps de descendre sans se faire happer par le courant. Le plongeur peut rester un moment accroché au coin de la passe, à la profondeur qu'il souhaite, pour observer à loisir **les requins pointe blanche et gris,** les bancs de **carangues et de barracudas. Les napoléons,** habitués aux plongeurs, viendront lui faire une visite de courtoisie.
Au bout d'un moment, on peut se lâcher et longer la paroi du tombant en rentrant dans la passe. Là, dans **les nombreux surplombs** du tombant, on admire les colonies de gaterins jaunes, de poissons-soldats rouges et de poissons-chirurgiens.
Quelques raies-aigles descendent et remontent la passe. Pendant **la basse saison,** de juillet à décembre, avec **le courant sortant** – ouest-est –, il est assez fréquent de croiser sur le platier, par 5 m de fond, une ou plusieurs **raies manta.**

Les plongeurs viennent aux Maldives pour admirer, entre autres, les raies manta.

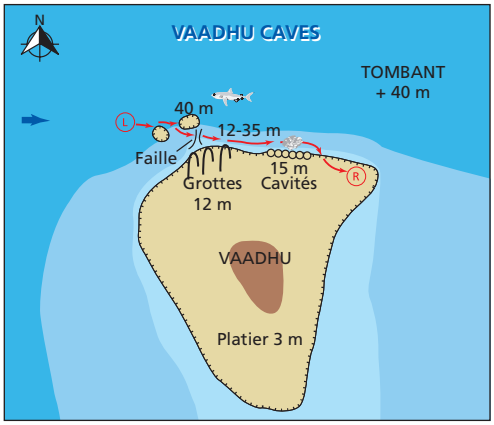


Ranikan (5)

Localisation : B6, situé au sud de l'atoll, juste à la sortie du lagon de l'île de Rihiveli.

Cette plongée très facile, accessible à tous, longe le côté sud/sud-ouest du récif extérieur de la pointe sud de l'atoll à proximité de l'île de Rihiveli. On peut l'effectuer quel que soit le sens du courant. Le tombant présente la particularité de receler de **nombreux surplombs et petites grottes.** Il est possible d'y côtoyer une faune particulièrement riche et assez rare : poissons-lions, poissons-scorpions, poissons-pierres, poissons-feuilles, crevettes mantis au bord de leur trou… Il faut évoluer sans se presser et ouvrir l'œil à la recherche de ces maîtres de la dissimulation, du camouflage et du mimétisme. **La faune plus classique** est tout aussi intéressante : mérous, gaterins, poissons-napoléons… Plus bas devant le tombant, on peut apercevoir des **requins pointes blanches** ainsi que des **raies pastenagues,** posées sur un fond sablonneux ou évoluant en eau libre. La plongée se termine aisément sur le platier à une profondeur de 5 m. On peut régulièrement y observer des tortues, des balistes, des gaterins, des poissons-perroquets, des poissons-chirurgiens, etc. Bien qu'il n'y ait pas à proprement parler de stations de nettoyage, **les raies manta** sont néanmoins présentes en basse saison, de juillet à décembre, et font l'honneur aux plongeurs chanceux d'évoluer calmement en travers du platier, souvent près de la surface, occupées à nourrir de plancton. La meilleure attitude possible est de nager doucement et de regarder autour de soi dans un angle de 360°.

Les poissons-chirurgiens tirent leur nom d'un appendice très coupant situé à la base de leur queue.



Vaadhu Caves (6)

Localisation : C3, situé au nord de l'atoll, juste en face de l'île de Vaadhu.

Cette plongée s'effectue sur le côté nord du récif de l'île touristique de Vaadhu. Le récif prend l'aspect d'un **tombant qui descend à pic** jusqu'à une profondeur d'environ 70 m. Il n'est bien sûr pas question d'aller à une telle profondeur, mais il convient d'être prudent tant la tentation, par une bonne visibilité, peut être grande d'aller « faire un tour » en bas. Dans la zone des 35-40 m s'élève un petit mur, tapissé de coraux mous et de gorgones, qui forme un **canyon** avec le récif principal. Le haut de ce canyon se situe dans la zone des 30 m autorisée à la plongée. Au départ du canyon, le récif présente une **faille** qui remonte tout doucement vers le platier situé vers les 2-3 m. Une bonne partie de la plongée s'effectue agréablement, en longeant cette faille qui regorge de **poissons et d'invertébrés des récifs :** poissons-scorpions, crustacés, nudibranches. Auparavant, plus profondément dans le bleu, on aura pu observer, avec de la chance, quelques **requins pointe blanche,** quelques **raies-aigles,** des **barracudas** et des **carangues.** Le platier, lui est le théâtre de toutes les exactions des poissons-perroquets, poissons-chirurgiens et autres brouteurs qui massacrent les coraux. Les tortues, semblent afficher un parfait mépris envers le plongeur.

Ari Atoll et Rasdhu Atoll

Alifu Atoll, de son nom administratif, regroupe trois atolls géographiques : Ari, Rasdhu au nord-est d'Ari, et Thoddu, au nord d'Ari. Ari compte au total 18 îles habitées pour une population d'environ 10000 habitants. Sur le plan touristique, c'est, avec Malé Nord, l'atoll le plus développé. Beaucoup de ses îles, habitées depuis des temps immémoriaux, abritent des vestiges archéologiques de la période bouddhique maldivienne. L'atoll de Rasdhu est composé de la grande île touristique de Kuramathi, qui abrite l'un des trois caissons hyperbares des Maldives ; de l'île touristique de Veligandu ; d'une île de pêcheurs, Rasdhu, qui lui donne son nom, et d'une petite île déserte, Madiwaru. Des vestiges archéologiques ont été découverts à Thoddu. C'était en effet un important centre bouddhiste avant la conversion du pays à l'islam. Les restes d'un temple y sont visibles, de même qu'une statue de Bouddha.

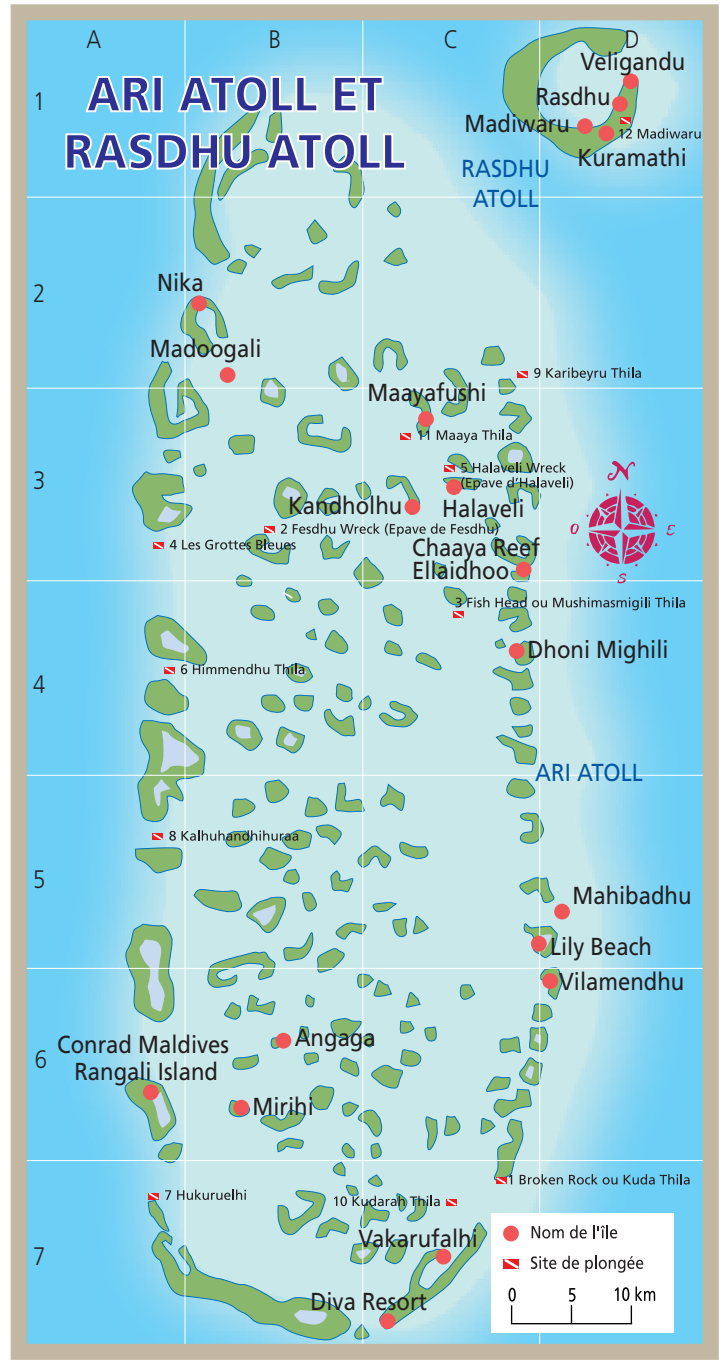
Ari Atoll

Il s'agit d'**une des zones touristiques les plus développées** aux Maldives. Les sites de plongée y sont exceptionnels.

Dhidhoo Finolhu (White Sands Resort and Spa)

A 30 min d'hydravion de Malé.

Langue de verdure bordée par un vaste lagon, l'île de Dhidhoo Finolhu est située à l'extrême sud de l'atoll Ari. D'une longueur de 1,9 km, cette île



Depuis des temps immémoriaux, le dhoni, fier de conquérir la mer.

Le dhoni

Le bateau maldivien, ou dhoni, reste inchangé depuis des temps immémoriaux. Solide et fait pour durer, il témoigne de l'habileté des artisans qui l'ont perfectionné, génération après génération, pour braver les mers et servir les besoins vitaux d'une population éparpillée au milieu de l'océan. Sa construction peut demander deux à trois mois, car le charpentier (*kissaru wadin*) utilise très peu d'outils. La coque n'est plus creusée dans le tronc d'un cocotier, mais dans du bois importé. Traditionnellement, le dhoni est recouvert d'huile de poisson pour le protéger. Même si, ces dernières années, beaucoup ont été mécanisés, la plupart disposent encore d'une voile. Une promenade en dhoni est toujours une mémorable expérience, surtout la nuit, sous les étoiles…

corallienne est bordée de plages de sable blanc et présente une vie sous-marine particulièrement riche dans un environnement agréable et décontracté, idéal pour les sportifs.

Madoogali Tourist Resort

A 20 min d'hydravion de Malé.

Il s'agit d'une petite île ovale de 380 m sur 180, à la végétation variée et au lagon splendide.

Maayafushi Tourist Resort

A 30 min d'hydravion, 3 h en bateau rapide de Malé.

Au nord-est de l'atoll d'Ari, cette longue île luxuriante, dotée d'une abondante végétation tropicale, est entourée d'un grand lagon couleur émeraude avec une plage magnifique de sable blanc – autant d'éléments qui en font **l'une des plus belles îles** de cet atoll. Elle constitue un lieu de rendez-vous pour **les plongeurs.** Loin des grandes îles touristiques, idéalement située à côté de pittoresques villages de pêcheurs et d'îles inhabitées, elle offre un dépaysement complet dans une ambiance décontractée.

Halaveli Holiday Village

A 20 min d'hydravion, 2 h en bateau rapide de Malé.

Au nord-est de l'atoll d'Ari, c'est une très jolie île ronde recouverte d'une abondante végétation tropicale. Son lagon, vaste et profond, recèle **une faune et une flore coralliennes exceptionnellement riches.** Si cette île est un lieu idéal pour la pratique des sports nautiques, elle l'est aussi pour des vacances plus contemplatives.

Rangali (Conrad Maldives Rangali Island)

A 25 min d'hydravion de Malé.

Bâti sur deux îles du sud de l'atoll d'Ari – Rangali et Rangali Finolhu –, ce complexe luxueux dispose d'un magnifique récif intérieur accessible par différents pontons.

Kudafolhudhoo (Nika Island Resort)

A 25 min d'hydravion de Malé.

Au nord de l'atoll d'Ari, cette île ronde de 300 m de diamètre – l'une des plus belles des

Les anémones de mer et leurs hôtes, les poissons-clowns, vivent en symbiose.

Maldives – bénéficie d'une **végétation remarquable** et d'un récif tout proche idéal pour la plongée avec tuba. Un grand **aquarium** permet de faire agréablement connaissance avec une famille de requins, des raies et des tortues.

Rasdhoo Atoll

Kuramathi

A 25 min d'hydravion, 1 h 30 en bateau rapide de Malé.

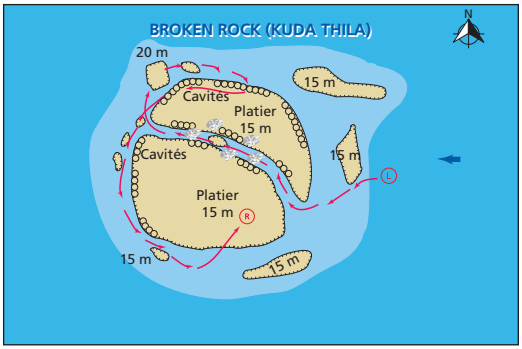
C'est l'une des plus grandes îles de l'archipel, avec 2 km de long sur 0,5 km de large. Elle bénéficie d'une vaste plage, et sa végétation est variée.

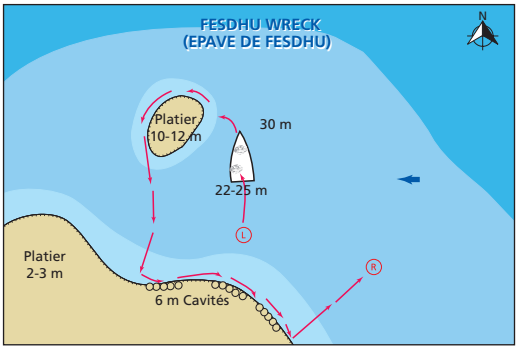
SOUS L'EAU

L'atoll d'Ari propose des sites de plongée de **réputation mondiale.** Maaya Thila, en principe site protégé, de par sa population de requins gris très familiers, attire les plongeurs du monde entier. A l'origine, c'est ici que fut développé **le « shark feeding » ou nourrissage de requins,** par Herwarth Voigtmann, qui avait commencé sur l'île de Bandos avant de continuer ici. Madiwaru, sur l'atoll de Rasdhu est la plongée de référence en ce qui concerne les requins-marteaux. Cependant ce site est victime de son succès et les requins très farouches ont tendance à fuir les murs de bulles qui tentent de les cerner tous les matins. Enfin, le sud et l'ouest d'Ari sont réputés respectivement pour les requins-baleines et les raies manta.

Clubs de plongée

– *Sub Aqua Dive Center* sur Angaga (Ari),
– *Divers Haven* sur Dhoni Mighili (Ari),
– *Seastar Divers* sur Kandholhudhoo (Ari),
– *Ocean Pro Dive Team* sur Lily Beach (Ari),
– *Ocean Pro Dive Team* sur Mirihi (Ari),
– *Albatros Top Diving* sur Nika (Ari),
– *Sub Aqua Dive Center* sur Conrad Maldives Rangali Island (Ari),
– *Pro Divers* sur Vakarufalhi (Ari),
– *Rasdhoo Atoll Divers* sur Kuramathi (Rasdhu),
– *Ocean Pro Dive Team* sur Veligandu (Rasdhu),
– *Dive & Sail Ellaidhoo* sur Chaaya Reef Ellaidhoo,
– *Euro Divers* sur Diva Resort.





Carnet de plongée

Broken Rock ou Kuda Thila (1)

Localisation : C7, situé du côté sud-est au bord d'Ari Atoll.

Kuda veut dire « petit » en divehi. Il s'agit en effet d'un **petit sec rond,** d'une cinquantaine de mètres, coupé en deux par **une grande faille** – d'où son nom anglais. Il est entouré de plusieurs blocs de coraux, dont les trois principaux atteignent environ 15-20 m. La faille est tapissée de **superbes gorgones géantes** et les blocs forment l'habitat de toute une **faune récifale :** mérous, gaterins, poissons-napoléons de diverses tailles, murènes, poissons-anges, poissons-papillons… Toute cette faune, assez facile d'approche, conjuguée à la splendeur des gorgones font de cette plongée un **studio photographique sous-marin** de premier choix. Il est en outre assez courant de voir des **bancs de barracudas** au large des blocs. Le dessus du sec, un minuscule **platier,** présente de magnifiques bouquets de **coraux mous** ainsi que de belles **anémones** avec leurs **poissons-clowns** et de nombreux **poissons-scorpions,** tapis entre les coraux. A l'instar d'autres secs de ce coin d'atoll (Kudarah Thila), du fait de sa profondeur relativement importante (14-15 m), de l'absence de récif à proximité et de la présence fréquente d'un fort courant, les plongeurs feront leur palier de sécurité en plein bleu, parachute de signalisation bien visible de la surface.

Fesdhu Wreck (Epave de Fesdhu) (2)

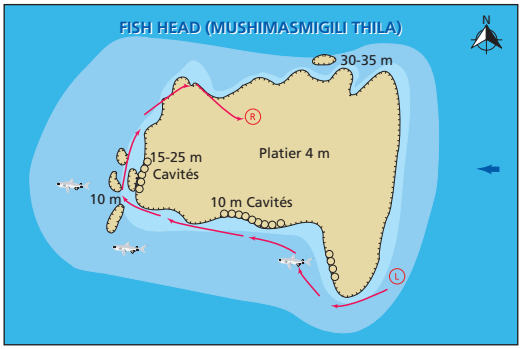
Localisation : B3, situé dans l'atoll d'Ari, à 15 min en dhoni *de l'île de Fesdhu.*

Du nom de l'île la plus proche, la plongée s'effectue sur un **petit cargo d'une trentaine de mètres** de long qui repose à peine à une trentaine de mètres de profondeur. Le haut de la timonerie se situe à 24 m de profondeur tandis que l'hélice est à environ 27 m. Nettement plus vieille que celle d'Halaveli, l'épave est recouverte en de nombreux d'endroits **d'alcyonaires ou coraux mous,** très photogéniques, qui la parent de mille couleurs ainsi que de plusieurs arbustes de corail noir fournissant un habitat idéal pour toute une petite faune comme le superbe et très mimétique poisson-épervier à long nez. Elle est également habitée de **bancs de poissons-harpes** dorés, plus connus sous leur nom anglais de *glassfishes,* qui contribuent à sa beauté. Un **poisson-crapaud,** ou antennaire géant rouge, constitue l'attraction de cette plongée. Du fait de sa propension à imiter parfaitement son environnement, mieux vaut s'en remettre au guide ou au moniteur pour le dénicher si l'on veut éviter de perdre inutilement un temps précieux. Pour qui s'intéresse à la petite faune, cette épave est également très riche : syngnathes – cousins des hippocampes, ils leur ressemblent un peu –, blennies et gobies, à l'abri du moindre trou dans l'épave, etc. Après l'exploration du bateau, on peut facilement rejoindre un **tout petit sec** – 12 m de profondeur – situé à peine à 10 m de distance. Là, quelques mérous et murènes se laisseront assez docilement approcher. Enfin, on peut finir tranquillement la plongée en nageant sur moins de 50 m, en direction du sud-ouest, pour terminer sur **le tombant du récif** qui remonte à 1-2 m.

Fish Head ou Mushimasmigili Thila (3)

Localisation : C4, situé dans l'atoll d'Ari, à 5 min en dhoni *de l'île de Mushimasmigili.*

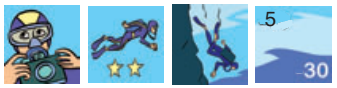
Mushimasmigili Thila fut une des plongées mythiques des Maldives. C'est un sec plus ou moins circulaire, d'un diamètre d'environ 150 m, situé en plein milieu de l'atoll et qui remonte à 4 m. Une population d'une trentaine de requins gris, ainsi que **2 poissons-napoléons** ont fait sa célébrité. Avant que cette pratique ne soit interdite, cet endroit fut le lieu d'un intense *shark feeding* : on nourrissait les requins afin de les fixer et de procurer des sensations fortes aux plongeurs. Une pêche excessive décima les requins et cette plongée perdit beaucoup de son intérêt et de sa popularité.



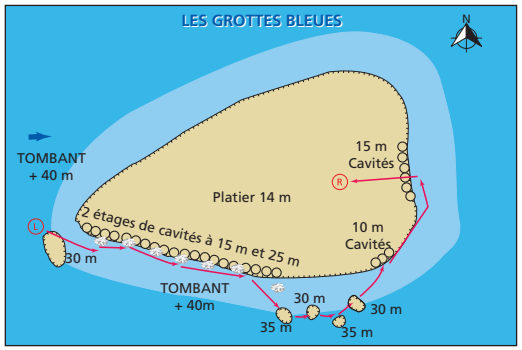
Délaissée par tout le monde, elle finit par retrouver, au fil du temps, certains de ses hôtes. Aujourd'hui, on peut de nouveau observer **quelques requins gris,** sur le fond sableux, vers 35-40 m, des **requins pointe blanche,** et avec de la chance, un **requin-guitare ou raie guitare.** Des deux napoléons, le gros mâle est mort et sa femelle l'a remplacé en développant des attributs masculins : sa taille augmente, sa bosse pousse. Un jeune occupe maintenant le rôle de la femelle. Le long du tombant du sec, on peut toujours admirer le banc de **lutjans à raies bleues,** un banc de **platax** et, sous quelques cavités, des loches – de très gros mérous.

Les Grottes Bleues (4)

Localisation : A3, situé du côté ouest, au bord de l'atoll d'Ari.



Elles tirent leur nom de **la couleur des coraux mous ou alcyonaires** qui tapissent les surplombs le long du sec. La plongée gagne en beauté avec un léger courant. Pour respecter l'ordre des profondeurs – du plus profond au moins profond – il est préférable que le courant soit sortant – est-ouest. On peut alors commencer la plongée par **les trois patates** situées à 30-35 m de

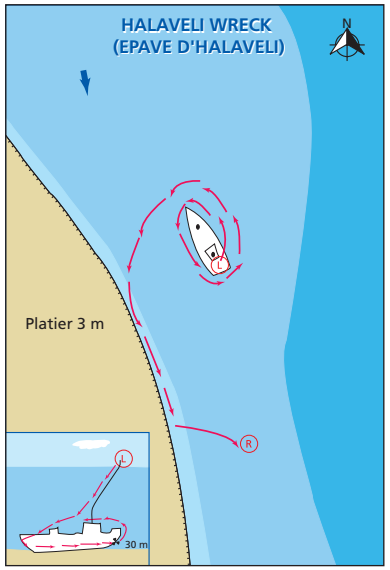


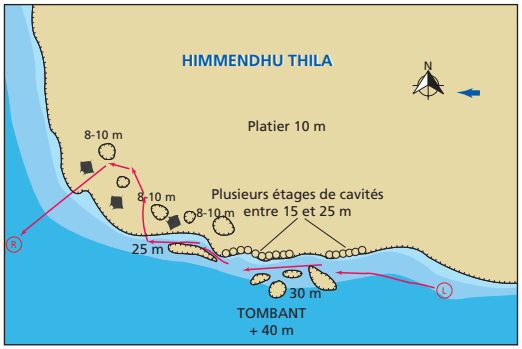
distance du tombant du sec. Celles-ci sont également tapissées de coraux mous et deux d'entre elles présentent de **petites cavités** sous lesquelles peut passer un plongeur prudent et précautionneux, en évitant de commettre des dommages irréparables par des coups de palmes maladroits. Il peut ainsi traverser la patate de part en part. Parfois, un requin dormeur repose au fond de ces cavités. Des poissons-empereurs et des **lutjans ou vivaneaux** se tiennent en petits groupes face au courant. La plongée se poursuit en nageant sur les 30 m qui séparent le tombant du sec principal. Là, on remonte doucement le long des cavités recouvertes de coraux mous, qui abritent des bancs très compacts de **lutjans à raies bleues,** du plus beau jaune, contrairement à ce que laisse entendre leur nom. Enfin, on peut terminer la plongée sur **le platier,** où loge toute la faune récifale vers 8-9 m.

Halaveli Wreck (Epave d'Halaveli) (5)

Localisation : C3, situé vers le nord-est de l'atoll d'Ari, sur le récif du lagon de l'île d'Halaveli.

Cette plongée porte le nom de l'île sur le récif de laquelle ce **petit cargo** a été intentionnellement coulé en 1991, afin d'en faire une attraction pour les plongeurs. Le bateau est posé bien horizontalement sur le fond de sable à une profondeur de 30 m. Du fait de sa relative « jeunesse », il est encore très bien conservé. L'épave est située à 10 m du récif de l'île qui remonte quasiment à la surface et où l'on finit en général la plongée. De l'autre côté, à une distance de 15-20 m, on trouve la marche du récif qui tombe assez rapidement. L'intérêt de la plongée se situe vraiment dans l'épave elle-même et dans ses environs proches. Lorsque les managers de l'île et de son centre de plongée ont sabordé ce cargo, ils ont entrepris d'y déverser tous les jours les poubelles – uniquement les restes organiques – afin d'appâter les poissons. Très vite sont arrivés quelques requins et surtout une population de **raies pastenagues.** Et tout aussi rapidement, l'habitude a été prise de nourrir toute cette faune, si bien qu'elle est devenue quasiment apprivoisée. Du fait du succès de cette plongée et de la multitude de plongeurs qui s'y succédaient quotidiennement, les requins ont disparu pour





céder la place aux raies. D'ordinaire les raies pastenagues sont des animaux farouches, dotés d'un dard aux deux tiers de leur queue, qu'elles utilisent en cas de danger. On ne peut donc pas les approcher. Ici, rien de tel : tout en restant prudent, il est très facile de jouer avec elles. L'épave a attiré également un banc de carangues aux **gros yeux,** des **poissons-harpes** dans la cabine, ainsi que des **murènes de Java** et des **mérous.**

Himmendhu Thila (6)

Localisation : A4, situé du côté ouest, au bord d'Ari Atoll.

Cet **immense sec** de plusieurs centaines de mètres se situe dans la passe entre l'île touristique de Moofushi et l'île de pêcheurs d'Himmendhu, d'où il tire son nom, à l'ouest d'Ari Atoll. Cette plongée est beaucoup plus intéressante en haute saison, de janvier à mai, et par courant sortant – est-ouest –, du côté sud/sud-ouest. Il s'agit en effet d'un **« sec à raies manta »,** c'est-à-dire d'un endroit parsemé de patates de corail où ces fascinants spécimens **viennent se faire nettoyer.** Cependant, il est judicieux de se mettre à l'eau bien à l'intérieur de la passe, car outre les stations de nettoyage que

Un spectacle fascinant : une crevette nettoyant la bouche d'un mérou.

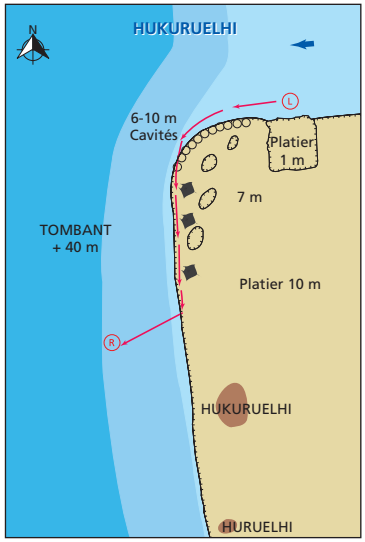
Le requin-baleine est le plus grand poisson du monde.

l'on trouvera à la fin, les nombreux blocs de corail qui longent le côté sud du sec présentent une belle architecture et abritent des populations de **cochers, carangues, barracudas…** Lors de la mise à l'eau, on peut descendre sur un fond de 20 à 25 m et remonter vers la moitié de la plongée à 9-10 m au bord du platier, où évoluent gracieusement les raies manta. Ce platier est également l'habitat de plusieurs tortues. Des **raies-aigles,** des **petites raies manta,** les *Mobula diabolis,* et des bancs de **bécunes** – petits barracudas – disputent aux manta l'intérêt des plongeurs. On terminera la plongée dans le bleu, impérativement au bout de son parachute de signalisation car le courant sortant entraîne les plongeurs à l'extérieur de l'atoll. Du fait de sa richesse, de sa diversité et de sa taille, il peut être intéressant d'effectuer deux plongées sur ce site : l'une, le long du tombant, consacrée à la faune classique et à l'architecture du lieu ; l'autre, limitée au platier, plus focalisée sur les raies manta.

Hukuruelhi (7)

Localisation : A7, situé du côté sud-ouest, au bord d'Ari Atoll, à 5 min en dhoni *de l'île de Rangali-Hilton.*

Cette plongée n'a d'intérêt que **pendant la haute saison,** de janvier à mai, et par courant sortant. Elle consiste à longer le récif extérieur de l'atoll entre le haut du platier à 9 m et le bas du récif, à 20 m, qui après descend très lentement sur un fond de sable. Le platier est assez nu, les massifs de coraux (porites) ne présente-

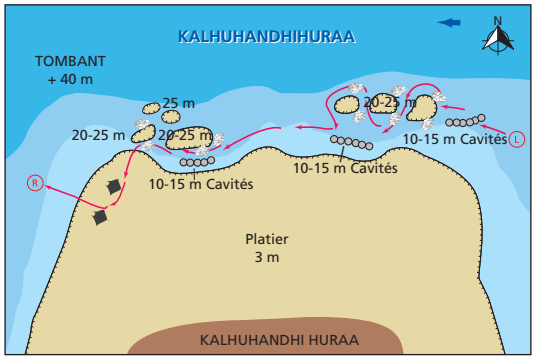


raient quasiment aucun intérêt, hormis quelques murènes et quelques poulpes, s'ils n'étaient pas des stations de nettoyage de raies manta. En effet, ce site est **l'un des hauts lieux d'observation des raies manta** à Ari Atoll et même dans toutes les Maldives. Elles viennent se faire déparasiter par toute une armée de labres nettoyeurs, qui vivent à proximité des massifs de corail et évoluent entre le fond et le platier, le long du récif au gré de leur besoin et de leur humeur. Pour ne pas déranger les raies, il convient de se plaquer le plus possible sur le fond, de ne pas prendre leur place en haut des massifs coralliens, de ne pas faire de mouvements brusques, qu'elles pourraient prendre pour une agression et qui les feraient fuir. Le spectacle de ce majestueux animal, évoluant très lentement comme une ballerine, peut durer de longues minutes, voire des heures. Il est également possible de voir passer un ou plusieurs **requins-baleines** à cet endroit.

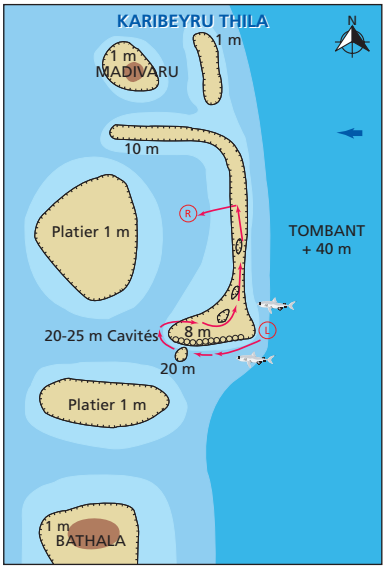
Kalhuhandhihuraa (8)

Localisation : A5, situé du côté ouest, au bord de l'atoll d'Ari.

C'est **l'une des plongées les plus spectaculaires de l'atoll.** Elle présente l'avantage de combiner une **architecture remarquable** constituée de cavités, de canyons, de blocs parmi lesquels le plongeur peut se faufiler, avec une faune fixée impressionnante qui recouvre tout le tombant. Et pour finir, **les raies manta sur les stations de nettoyage** livrent le clou du spectacle. La plongée démarre côté intérieur où l'on profite des cavités, peuplées d'énormes et farouches mérous. Un peu en contrebas, des blocs avec des grappes d'alcyonaires, entourés de nuages d'anthias ou barbiers nains, offrent un véritable régal pour les yeux. On se laisse ensuite porter par le courant pour passer dans les divers canyons qui bordent le tombant, habitat de toute une faune récifale comme ces bancs de poissons-cochers, gaterins, poissons-soldats et poissons-écureuils… Au large il n'est pas rare d'apercevoir quelques barracudas ou encore des carangues en maraude. Enfin, on remonte naturellement sur le platier vers l'extérieur du tombant pour tenter de voir, vers les 9-10 m, les raies manta venir se faire nettoyer



sur les blocs de madrépores (porites). Les paliers de sécurité s'effectuent au parachute, dans le bleu, car le courant déporte les plongeurs à l'extérieur de l'atoll. **La principale difficulté de cette plongée est le courant,** qui peut être assez fort mais reste la principale condition pour voir les raies manta.

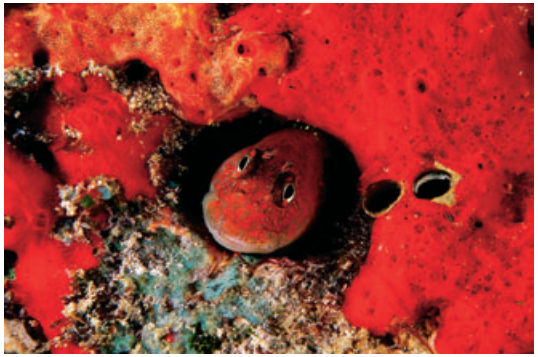


Karibeyru Thila (9)

Localisation : C2, situé au nord-est, au bord d'Ari Atoll, à 10 min en dhoni *de l'île de Bathala.*

Il s'agit d'un **long sec en forme de « L »,** qui borde le côté nord-est de l'atoll d'Ari. Le haut du sec culmine entre 8 et 12 m. La partie extérieure du sec est à environ 30 m et descend tout doucement vers les 35-40 m pour s'enfoncer plus profondément au loin. A 20-25 m, le fond sablonneux de la partie intérieure héberge des **requins pointe blanche.** La partie sud du sec, vers 20-25 m, ainsi que la partie est, sont percées **de cavités,** dans lesquelles ou à proximité desquelles sont posées des raies pastenagues. Sur le dessus du sec, plusieurs **tortues** se laissent facilement approcher. Il faut se méfier des balistes titans lorsqu'ils couvent leurs œufs. Leur agressivité à l'encontre du plongeur trop curieux ou distrait qui, par mégarde, s'est avancé trop près de leur nid, n'a pas d'égale. Sur **le platier,** des **thons** en quête de proies, ainsi que des **bancs de barracudas** et de poissons-gros yeux passent régulièrement. La remontée s'effectue dans le bleu et, là aussi, le parachute de signalisation s'impose d'autant plus que l'on se trouve en bordure d'atoll. En fonction du courant, on pourrait facilement se trouver emporté au large.

Les barracudas, en bancs ou solitaires, sont fréquents aux Maldives.

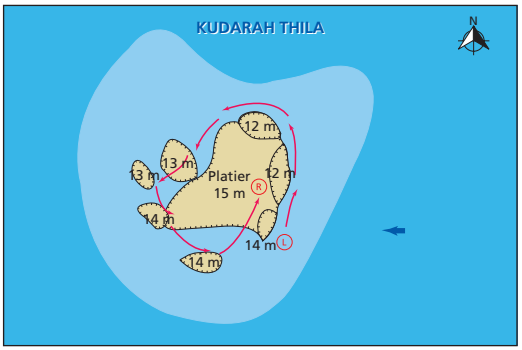


Pour qui regarde attentivement le récif, les blennies sont partout.

Kudarah Thila (10)

Localisation : C7, situé au sud-est de l'atoll d'Ari, à 10 min en dhoni de l'île de Kudarah.

Ce sec n'est jamais très facile à trouver en raison de sa profondeur : le haut est environ à 14 m. Il est constitué d'un **gros bloc corallien** – entre 50 et 100 m de large – et de **trois blocs plus petits,** situés à proximité. Lorsqu'on descend sur le sec, ce qui frappe d'emblée est **le halo blond** qui semble l'envelopper. Cela est dû à la dominante jaune de **l'énorme banc de lutjans à raies bleues ;** ce sec en est littéralement revêtu. Outre ce banc de poissons, l'intérêt réside dans **l'architecture du site,** où surplombs et cavités offrent de nombreuses surprises. **Les coraux mous et les gorgones** tapissent les parois et les fonds de ces formations. L'un des blocs constitue même une arche recouverte de petites gorgones bleues du plus bel effet. Comme le haut du sec est trop profond pour y terminer la plongée et qu'il n'existe aucun récif à proximité, on effectue en général ses paliers de sécurité dans le bleu, accroché à son parachute de repérage. Parfois, en effet, les courants peuvent être assez forts et nous entraîner assez loin. La



Les bancs de lutjans jaunes à raies bleues ravissent les plongeurs.

fonction du parachute est de permettre à l'équipage de repérer le plongeur qui dérive dans le bleu et de le récupérer lorsqu'il remonte à la surface.

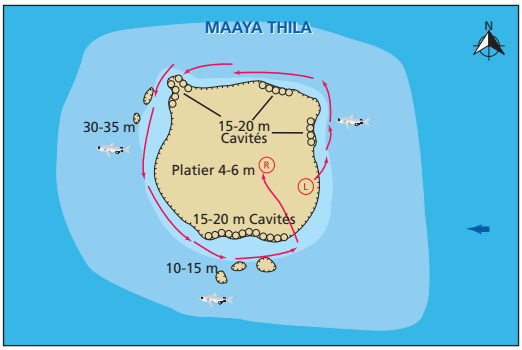
Maaya Thila (11)

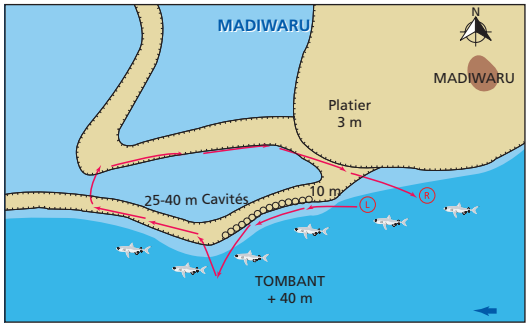
Localisation : C3, situé au nord, dans Ari Atoll, à 15 min en dhoni *de l'île de Maayafushi.*

Maaya Thila est l'une des plongées mythiques des Maldives. Les touristes viennent du monde entier pour plonger spécialement sur ce site réputé. Ce sec, qui se trouve dans l'atoll d'Ari et remonte à 4-5 m, est très connu pour **la vie qui l'anime.**

Plus ou moins rond, d'un diamètre de 100-150 m, il est bordé sur tous ses côtés de petites patates de corail. Le fond sableux se situe vers 35 m et descend en pente douce tout autour du sec. La principale attraction de cette plongée réside dans **les requins gris** qui ont élu domicile autour du sec et qui tournent autour. Nourris par les plongeurs dans un passé pas si lointain – le *shark feeding* ou nourrissage de requins est maintenant une pratique interdite –, ils sont restés habitués aux hommes et se montrent très familiers dès qu'ils entendent un bateau arriver ou des plongeurs sauter à l'eau. Cependant, nulle agressivité dans leur comportement, simplement de la curiosité, voire de l'intérêt. La plongée sur Maaya Thila ne se limite pas aux requins gris.

De nombreux bancs de poissons gros yeux, de **lutjans à raies bleues** par exemple, se trouvent au fond et sur le bord du platier. Souvent, pas plus





profond que 5 ou 6 m, le spectacle de **carangues** ou de **thons** chassant dans **les bancs de fusiliers,** lesquels se déploient comme un rideau, mérite que l'on s'attarde. On peut finir sa plongée sur **le platier,** habitat de toute une **petite faune,** des mérous aux poulpes en passant par des poissons-feuilles et de nombreuses murènes.

Madiwaru (12)

Localisation : D1, situé dans l'atoll de Rasdhu, à la fois en face de l'île de Rasdhu et de l'île de Kuramathi.

La plongée du petit atoll de Rasdhu s'effectue le long du récif extérieur de la petite île déserte qui donne son nom à la plongée. Cet endroit mérite au moins deux plongées. La première s'effectue en général aux premières lueurs de l'aube et l'on part de la pointe du récif pour aller dans le bleu à une profondeur de 30 m dans l'espoir de voir des **requins-marteaux.** En effet, selon les circonstances, on peut voir patrouiller un banc de plusieurs dizaines, voire de centaines d'individus – requins-marteaux halicornes –, ou ne rien voir du tout, si ce n'est le bleu immense et vide. La langue récifale, parallèle au récif proprement dit, et séparée de lui par une bande de sable de 20 m de large pour 150-200 m de long, présente également un vif intérêt. Le long de cette bande, en effet, émerge du sable une véritable **forêt d'anguilles de jardins,** qui rentrent dans leurs trous à la moindre alerte. Cette plongée réserve toujours des surprises. **Thons** qui chassent dans les bancs de fusiliers, groupe restreint de **grands barracudas** en maraude, **petites raies manta** qui passent en escadrille… La fin de cette langue de récif se termine par une espèce de selle, où se trouve une étroite grotte abritant une belle population de poissons-soldats rouge vif.

Les poissons-anges font partie de la faune corallienne habituelle.

Raa et Baa Atoll

L'atoll de Baa comporte Baa proprement dit et un petit atoll au sud, Goidhu ou Horsburgh, composé de quatre îles. Une population de 10000 habitants se répartit sur 13 des 64 îles que comporte l'atoll. Baa est resté très longtemps préservé du tourisme et ne compte aujourd'hui que quelques îles-hôtels. Cet atoll abrite les îles d'Eydhafushi et de Thulhaadhu, réputées pour le seul travail artisanal des Maldives : le travail de la laque. C'est également dans l'atoll de Goidhu, sur l'île de Fulhadhu, que le navire de Pyrard de Laval, le Corbin, fit naufrage.

RAA (NORTH MAALHOSMADULU) ATOLL

Le vaste atoll de Raa comporte plus de 90 îles, d'une longueur de 65 km et d'une largeur de 28 km, au nord de l'archipel. Seules 16 îles sont habitées par une population de 12500 Maldiviens. Les bords ouest et est de l'atoll sont pourvus de nombreuses passes favorables à d'excellentes plongées. L'atoll de Raa est célèbre pour sa tradition de construction de **bateaux.** La capitale, **Ugoofaaru,** qui compte 1300 habitants, est fière de posséder la plus importante flotte de bateaux de pêche du pays. Au nord de l'atoll, **Alifushi** est un centre de fabrication de bateaux et de formation aux techniques traditionnelles de construction. La nouvelle génération des dhonis est produite dans ses chantiers.

Rasgetheemu

Cette île occupe une place particulière dans la légende locale. On raconte en effet qu'une princesse et son époux, exilés du Sri Lanka, y ont débarqué bien des siècles avant l'avènement de l'islam.

Milaidhoo House Reef (village de Kamadhoo)

Accessible uniquement lors d'une croisière mais elle vaut le détour, comme Hirundhoo House Reef avec ses grottes couvertes de coraux et sa vie poissonneuse intense.

Adaaran Prestige Meedhupparu

45 min d'hydravion de Malé.

Meedhupparu offre par air un spectacle inoubliable avec ses plages de sable immaculé et son tapis de cocotier en son centre. Le seul complexe hôtelier de Raa, à 130 km de l'aéroport de Malé.

BAA (SOUTH MAALHOSMADULU) ATOLL

La région administrative de Baa comporte deux atolls géographiques : l'atoll de Baa proprement dit et, au sud, le petit atoll de Goidhoo, dit atoll de Horsburgh. Les plages comme les récifs sont parfaitement préservés. L'originalité de l'atoll de Baa vient du fait qu'il s'agit d'un lieu de rendez-vous particulièrement apprécié d'un grand nombre de **raies mantas** et de **requins baleines.** Ils s'y retrouvent pendant la mousson du sud-ouest, surtout de mai à juillet. Si l'activité essentielle des habitants est la pêche, quelques îles sont réputées pour la qualité de leur artisanat. La plupart des **laques** proposées dans les magasins de souvenirs sont l'œuvre des insulaires de **Thulhaadhoo.** La capitale, **Eydhafushi,** fut célèbre pour **le tissage** du *feyli,* chemisier croisé pour les femmes. Le navire français *Corbin* fit naufrage à Fulhadhoo, dans l'atoll de Goidhoo, en 1602. C'est là que le voyageur **Pyrard de Laval,** qui était à bord, établit son premier contact avec les Maldives.

Ifuru

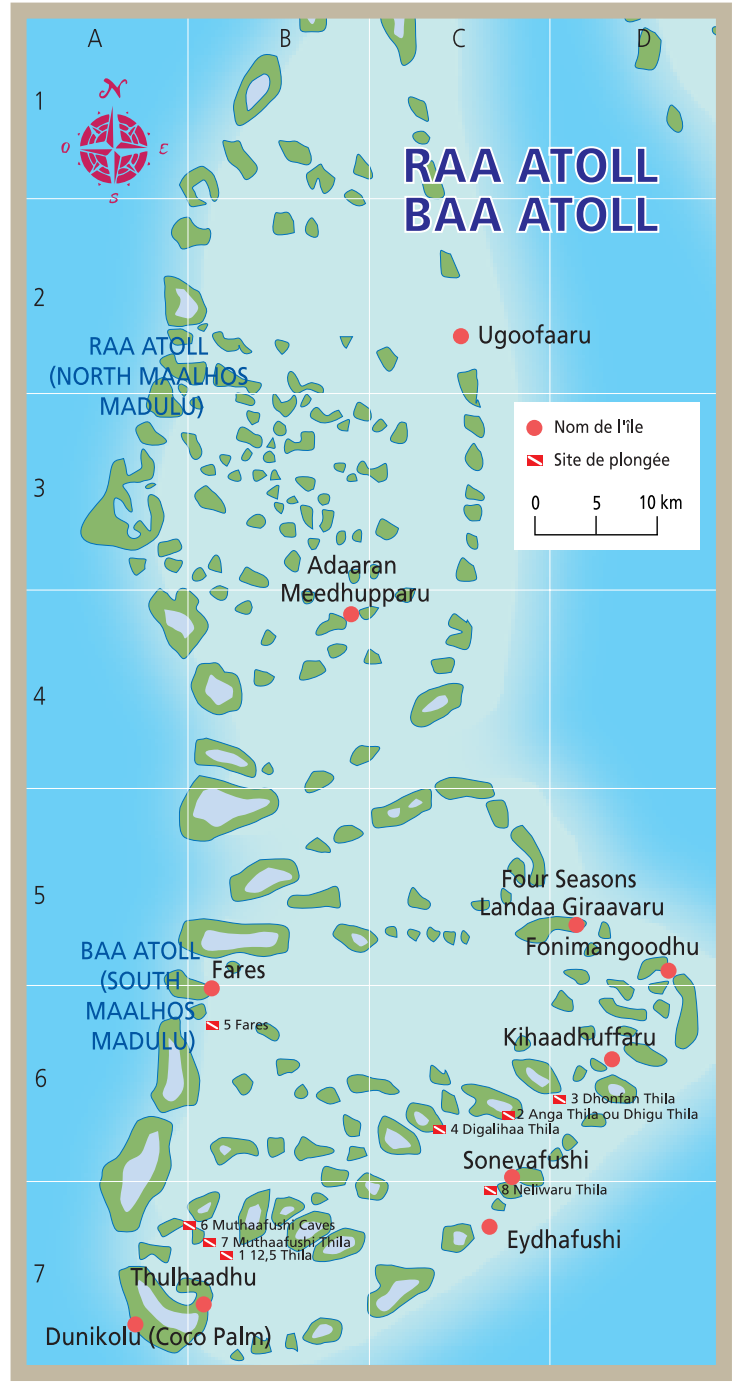
Cette île de rêve avec sa plage de sable blanc, au nord de l'atoll de Baa, est inhabitée. C'est le lieu idéal pour prendre le soleil, nager et pratiquer la plongée avec tuba.

KihaadhuffaruIsland Resort

A 35 min d'hydravion ou d'hélicoptère de Malé.

Cette île était à l'origine totalement vierge.

Les requins-dormeurs s'activent le jour et chassent crustacés et coquillages durant la nuit.



Kudakurathu

Inhabitée, avec sa plage de sable blanc et sa mer turquoise et transparente, elle est l'endroit rêvé pour pratiquer la plongée avec tuba et partir à la découverte de poissons et coraux de toutes les couleurs.

Fonimangoodhoo (Reethi Beach Resort)

A 35 min d'hydravion de Malé.

Au nord-est de la barrière de corail de l'atoll de Baa, c'est l'une des plus belles plages des Maldives, au milieu d'une végétation dense et luxuriante, site plein de calme et de charme.

Dhuni Kolhu (Coco Palm)

A 30 min d'hydravion de Malé.

Au sud-ouest de l'atoll de Baa, cette île en forme de demi-lune bénéficie d'un vaste lagon où viennent se prélasser les dauphins. Elle possède également un superbe récif de corail que l'on peut explorer depuis la plage. La végétation y est abondante : palmiers, banians, palétuviers… Les activités sportives y sont possibles, à moins que l'on préfère aller visiter quelque île voisine.

Kunfunadhoo (Soneva Fushi and Six Senses Spa)

A 25 min d'hydravion de Malé.

Dans un site très préservé, il s'agit d'une grande île – 1 400 m sur 400 –, à la végétation dense, où le retour à la nature est assuré dans un cadre tout à fait exceptionnel.

SOUS L'EAU

L'atoll de **Baa est quasiment vierge.** Prospecté depuis quelques années seulement, il était surtout visité par les bateaux de croisière. Pendant la basse saison, entre mai et novembre, Baa possède un site de **raies manta** et de **requins-baleines** très réputé, Neliwaru, situé près de l'île de Soneva-fushi. En outre, comme les récifs sont très peu plongés, la faune fixée y est encore intacte et préservée des coups de palmes intempestifs, notamment sur le récif en face de l'île de Fares.

Ces anémones coloniales sont un parasite mortel pour la branche de corail.

Clubs de plongée

– Ocean Pro Dive Team sur l'île de Coco Palm Dhunikolhu,
– Soleni Divers sur l'île de Soneva Fushi,
– *Dive Center* sur Four Seasons Landaa Giraavaru,
– *Divepoint Meedhupparu.*

Carnet de plongée à Baa

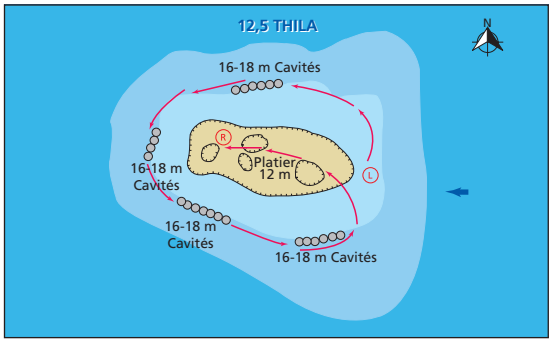
12,5 Thila (1)

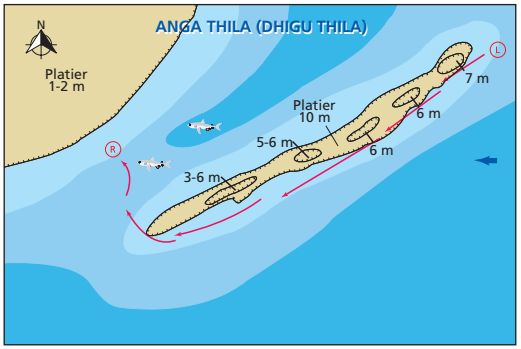
Localisation : B7, situé du côté sud-ouest de l'atoll.

Ce site tire son nom de la profondeur moyenne du haut du sec, lequel est plutôt circulaire et d'un diamètre d'environ 150 m. Il y a **plusieurs niveaux :** une première marche à **16-18 m** et une deuxième, **vers 24 m,** juste avant le fond qui commence à **30-35 m,** pour descendre tout doucement autour du *thila* – terme maldivien pour sec. Cette plongée peut s'effectuer quel que soit le sens du courant, est-ouest ou inversement. Il faut juste se mettre à l'eau un peu plus loin qu'à la verticale immédiate du sec, en fonction de la force du courant, pour se retrouver à la fin de la descente au début du sec, face au courant. En principe, le spectacle est devant nos yeux et l'on observe tous les poissons habituels, qui semblent, eux, se jouer du courant avec une facilité exaspérante : **carangues, lutjans rouges, fusiliers, thons, barracudas et, avec de la chance, des requins gris.** Il suffit de se tenir, face au courant, aux alentours de la marche vers 16-18 m et d'attendre patiemment pour admirer la scène. Pour finir la plongée, on remonte avec le courant sur le dessus du sec où poissons-harpes – plus communément *glassfish* – en bancs compacts, lutjans à raies bleues, en bancs eux aussi, platax – ou poissons chauves souris – ainsi qu'une tortue sont au rendez-vous. Les paliers s'effectuent dans le bleu, au parachute de signalisation.

Anga Thila ou Dhigu Thila (2)

Localisation : C6, situé du côté est de l'atoll, à 15 min en dhoni de l'île de Sonevafushi.



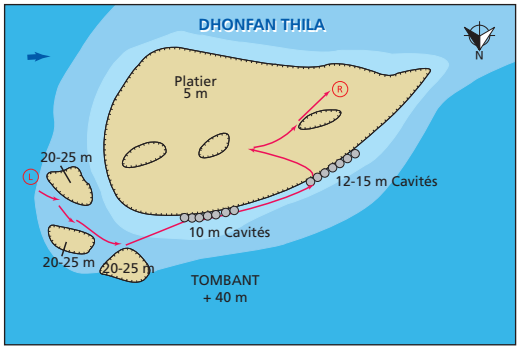


Il s'agit plus d'un éperon que d'un sec à proprement parler. D'une longueur comprise entre 150 et 200 m et d'une largeur guère supérieure à 10-15 m, cet éperon offre une très belle plongée, qu'il est préférable d'effectuer avec du courant. Ce **sec effilé** est en fait surmonté de nombreuses « patates » de corail qui se succèdent et remontent à 6-7 m pour ensuite retomber à 15 m. Le fond est à 25-30 m, mais la partie la plus intéressante se situe dans la zone des 15 m. Tous ces blocs de corail donnent lieu à de nombreux surplombs, failles et cavités, tous colonisés par des **gorgones, coraux mous et coraux noirs,** habitat de toute une **petite faune,** comme les poissons-éperviers nains, les balistes, les poissons-cochers, etc. En outre, il est possible de rencontrer au détour d'un surplomb une **raie pastenague** ou un **requin dormeur** posé au fond d'une cavité. L'éperon est orienté est-ouest, et lorsque le courant est dans le même sens, on termine facilement la plongée côté ouest. On peut souvent y voir une population de **jeunes requins gris** ainsi qu'un **banc de bécunes** – une espèce de petits barracudas. Si le courant n'est pas trop fort, on termine la plongée sur le sec, sinon on se laisse porter sur le récif tout proche qui porte le même nom, Anga.

Dhonfan Thila (3)

Localisation : D6, situé du côté est de l'atoll.

Le fond de ce sec se trouve entre 30 et 40 m, le dessus à 5 m – idéal pour terminer une plongée – avec quelques blocs de coraux sur la partie est. Ces blocs, très harmonieux, sont couverts d'une vie fixée allant des **coraux mous ou alcyonaires,** aux **gorgones** et **arbustes de corail noir** en passant par **les anémones.** Toute **la faune colorée des récifs tropicaux** semble s'y être donnée rendez-vous : poissons-cochers, gaterins, poissons-chirurgiens de diverses espèces, poissons-papillons, poissons-anges, poissons-scorpions, poissons-limes, balistes, *glassfishes* et enfin bancs de lutjans à raies bleues. Pour l'observateur attentif, ce sec présente **beaucoup de stations de nettoyage.** En s'approchant doucement afin de ne pas les effaroucher, on peut assez facilement admirer le travail de précision des

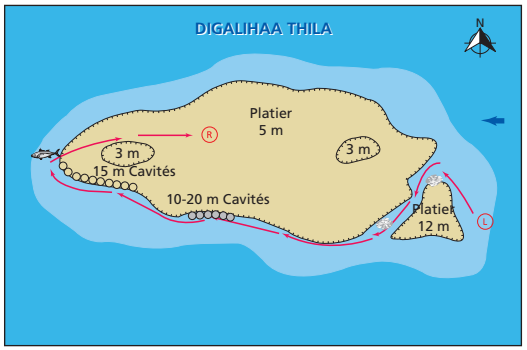


crevettes nettoyeuses ou des labres nettoyeurs – voire des deux à la fois ! – sur les lutjans rouges ou sur les mérous. Pour ceux que seul le « gros » passionne, il est courant de voir passer des **carangues à grosse tête** qui peuvent atteindre 1 m et, de temps en temps, des **raies-aigles.**

Digalihaa Thila (4)

Localisation : C6, situé du côté est, dans l'atoll.

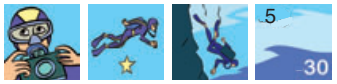
Le diamètre de ce petit sec de forme ronde ou légèrement ovale, en plein centre de l'atoll, approche à peine une centaine de mètres. Sur le côté est, un **bloc de corail semble s'être détaché du sec principal et crée un joli canyon.** Le fond du sec est à une trentaine de mètres de profondeur et le dessus culmine à 6-7 m. Bien qu'il soit possible d'en faire aisément le tour, cette plongée gagne en intérêt par fort courant, du moins par courant bien établi. Il faut bien calculer le sens du courant et se mettre à l'eau à une distance suffisante pour se retrouver au fond sur le côté du sec face au courant. Là, il suffit de s'installer et d'observer la scène face au courant. En général, le spectacle des **thons** qui chassent dans les bancs de fusiliers et dont l'ex-



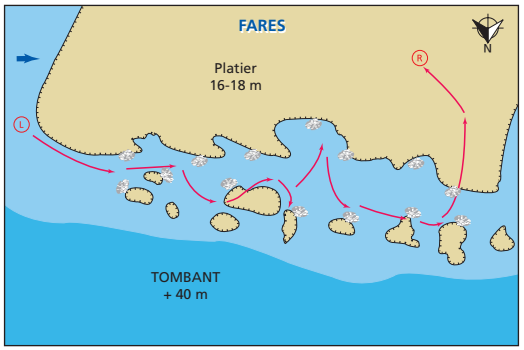
citation se propage aux **carangues,** qui attaquent à leur tour, suffit à ravir même le plus blasé des plongeurs. Les jours de chance, **quelques requins gris** patrouillent au large, apparemment indifférents à ce qui se passe dans le banc de fusiliers mais néanmoins attentifs, au cas où une proie potentielle serait à leur portée. Quand en plus, une ou plusieurs raies-aigles surgissent, alors le bonheur est à son comble. **Le canyon** présente un grand intérêt pour la faune récifale : crevette mantis, raie pastenague, ainsi que pour la faune fixée : arbustes de corail noir, coraux mous ou alcyonaires… On peut terminer la plongée sur le platier accompagné de platax, toujours curieux.

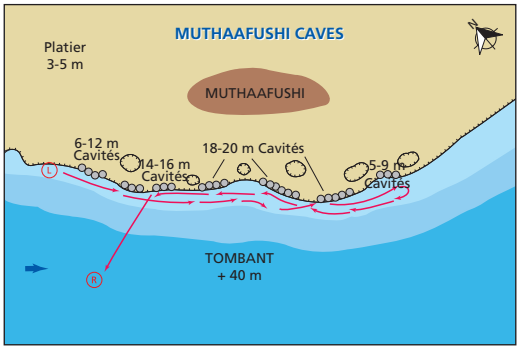
Fares (5)

Localisation : B6, situé du côté ouest de l'atoll, en face de l'île de Fares.



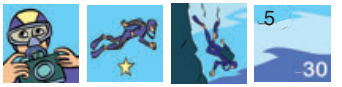
On plonge ce **tombant** le long d'un récif en face de l'île de Fares. L'intérêt de cette plongée, que l'on peut effectuer indifféremment courant rentrant – est-ouest – ou sortant – ouest-est –, réside à la fois dans **l'architecture** même du lieu et dans **les coraux mous,** appelés encore alcyonaires, qui tapissent les surplombs, le mur et les formations face au tombant. En effet, **plusieurs formations coralliennes** – de gros blocs en fait – y forment un entrelacs de canyons, de tunnels, de failles. Un plongeur peut s'y glisser et passer ainsi de l'une à l'autre de ces formations, puis, au hasard d'un passage, retomber sur le tombant, pour ensuite repasser au bloc suivant, etc. **La dominante jaune** des coraux mous crée une impression magique, d'autant qu'avec le courant, les polypes sortent pour happer et se nourrir du plancton. Ils peuvent ainsi doubler de volume, ce qui rend ce site encore plus beau. Il convient cependant de faire attention aux coups de palmes lors de cette plongée. Les coraux mous étant fragiles, ce superbe site pourrait être rapidement détruit après quelques passages intempestifs. Bien sûr, **les habituels poissons de récif** sont au rendez-vous : gaterins, poissons-écureuils et poissons-soldats, poissons-napoléons en maraude… Pour finir la plongée, on peut remonter au-dessus du sec mais en raison de sa profondeur – entre 10 et 12 m –, les paliers s'effectueront dans le bleu.



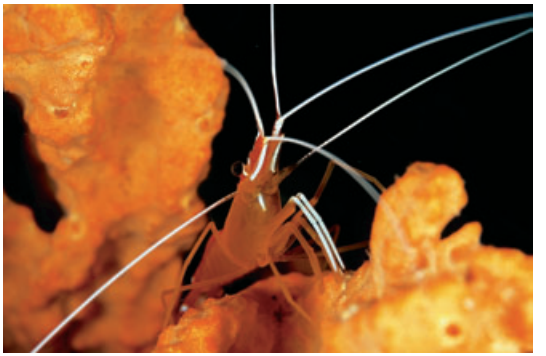


Muthaafushi Caves (6)

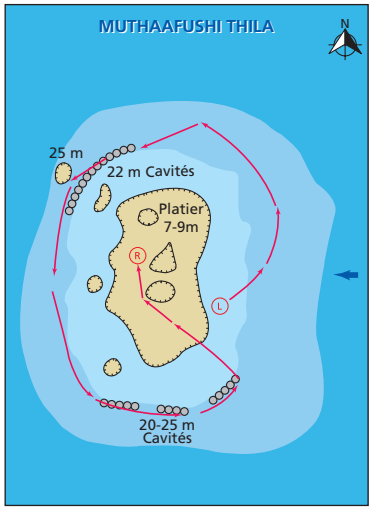
Localisation : B7, situé du côté sud-ouest de l'atoll.



Accessible aux débutants, cette plongée le long d'un tombant se révèle très facile, même en cas de fort courant, du fait des **nombreux surplombs, grottes et cavités** qui permettent de s'abriter dans des oasis de calme. **L'architecture et la topographie du lieu** permettent de passer d'une grotte à l'autre, à travers des dédales de tunnels et de cheminées. Ambiance garantie ! Outre des murènes et des raies pastenagues, notons la présence de **nombreux arbustes de corail noir et de gorgones,** avec toute la **petite faune** qui y est attachée : poissons-soldats, poissons-écureuils, poissons-éperviers à long bec, etc. Un **poisson-feuille** a élu domicile dans l'une des grottes vers les 18-20 m, et l'on retrouve à plusieurs endroits de nombreux **poissons-harpes** – plus communément **glassfishes.** Pour les amateurs de photo, leurs groupes compacts sont du plus bel effet. Vers les deux-tiers de la plongée, si le courant le permet, on peut faire demi-tour et refaire le chemin en sens inverse vers 5 m de profondeur – le bord du platier en fait. Cela permet d'effectuer ses paliers tout en observant une petite faune corallienne : poulpes, gobies, blennies…



Crevettes et autres crustacés s'abritent dans le récif.

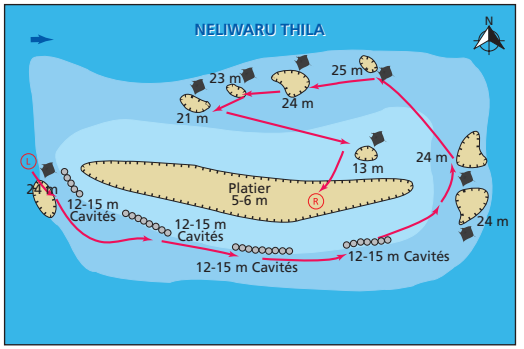


Muthaafushi Thila (7)

Localisation : B7, situé du côté sud-ouest de l'atoll.

C'est un **tout petit sec** dont le sommet, vers 7-9 m, n'excède pas 20 m de long et s'élargit **en terrasses** au fur et à mesure que l'on descend. Un premier palier dans la zone des 14-16 m, outre quelques blocs de coraux, présente sur la face nord une véritable **« anemones city ».** En effet, toute cette partie est couverte d'anémones de mer accompagnées de leurs poissons-clowns. On y observe les deux espèces de poissons-clowns présentes aux Maldives : le poisson-clown de Clark et le poisson-clown des Maldives. Ce dernier est baptisé ainsi car il est endémique à l'archipel (bien qu'il soit également présent au Sri Lanka et aux Laquedives, autre archipel appartenant à l'Inde, situé à environ 1 000 km au nord des Maldives). Le palier plus bas, vers 24-26 m, est encore plus large et offre de nombreux surplombs où il est fréquent de voir une **raie pastenague à taches noires,** tapie au fond. Plus bas, on arrive à la base du sec qui descend vers les 40 m et plus. Avec ou sans courant, courant, cette plongée reste très poissonneuse : le banc de **platax** – ou poissons chauves-souris – accompagne avec insistance les plongeurs dans la zone des 20 m, **les fusiliers,** suivis des **thons et carangues** qui les chassent, se donneront en spectacle, toujours vers la même profondeur et jusqu'au sommet du platier vers 6-7 m. Avec un peu de courant et beaucoup de chance, on tentera d'apercevoir quelques requins gris et requins dormeurs au fond. La plongée se termine sur le dessus du sec où l'on retrouve les anémones, mais également toute une **petite faune corallienne.** A l'extrême limite, on peut faire ses paliers dans la zone des 5-6 m.

Le poisson-crapaud est difficile à observer.



Neliwaru Thila (8)

Localisation : C7, situé du côté est de l'atoll, en face de l'île de Sonevafushi.

Il s'agit d'un très long sec – 200 m voire plus de long – avec des **blocs de corail** épars autour. Ce sec est surtout visité pendant la basse saison, de mai à novembre, pour **les raies manta** qui viennent se faire nettoyer sur ces blocs de « porites », espèce de corail brut, qui abrite beaucoup de labres nettoyeurs. Les raies manta vont et viennent sur les blocs à l'est et à l'ouest du sec ainsi qu'à ses deux extrémités. On peut les observer aussi bien dans la zone des 10-12 m qu'autour des blocs entre 20 et 25 m. Comme pour les autres stations de nettoyage, il est recommandé de se plaquer sur le fond à la base des blocs et d'attendre le plus calmement possible. Le spectacle de ces majestueuses ballerines allant et venant, si elles ne sont pas dérangées, en enchantera plus d'un. Sinon, le côté du sec avec ses nombreux surplombs est recouvert – on pourrait dire « planté » – d'**arbustes de corail noir.** On repère **plusieurs antennaires ou poissons-crapauds** dans le sud, dont un gros rougeâtre. Côté nord, les anguilles de jardin peuplent le sable vers les 30 m. Le sommet du sec abrite des **poissons-scorpions.** Donc, attention à l'endroit où l'on pose les mains pour se tenir en cas de fort courant.

Les tables d'acropora ont remarquablement repoussé après le blanchissement de 1998.

Lhaviyani Atoll

Cet atoll, situé au nord de Malé Nord, est longtemps resté à l'écart de l'activité touristique. Hormis l'île de Kuredu au nord de l'atoll, il n'existait aucune autre île-hôtel ou resort. Les choses ont changé depuis, mais, à l'instar de Baa, Lhaviyani était surtout visité et plongé par les bateaux de croisière et demeure ainsi plus préservé que Malé et Ari, par exemple. L'ensemble compte au demeurant peu d'îles, toutes couvertes d'une végétation abondante, qui ont la particularité de se situer à la périphérie de l'atoll : il n'y a aucune île à l'intérieur. Naifaru, la capitale, qui regroupe à elle seule 8000 des 16000 habitants de l'atoll, possède une importante usine de transformation de poissons. Beaucoup du thon en boîte maldivien provient d'ici.

LHAVIYANI (FAADHIPPOLU) ATOLL

A 120 km au nord de Malé. D'une longueur de 35 km et d'une largeur de 37 km, cet atoll, petit en comparaison des autres, regroupe 54 îles dont cinq seulement sont habitées : Naifaru, Hinnavaru, Kurendhoo, Olhuvelifushi et plus récemment Maafilaafushi. C'est en 1980 que s'y installèrent ses premiers habitants pour répondre au manque de terre disponible à Malé. Ce fut autrefois la capitale du royaume séparatiste de Boduthiladhunmathi.. La plupart sont vastes et pourvues d'une végétation dense. L'activité essentielle est **la pêche**, et les Maldiviens locaux ont la réputation d'être d'excellents pêcheurs. Il s'agit d'un atoll bien connu des plongeurs.

Un aventurier français aux Maldives

Marchand originaire de Laval, Pyrard embarque à bord du Corbin, à Saint-Malo, pour finalement échouer sur une île des Maldives, après avoir essuyé naufrages et tempêtes. Rien n'échappe à sa sagacité : il observe et à son retour, dix ans plus tard, raconte. Et il y a beaucoup à raconter, car son voyage n'a pas été de tout repos. S'improvisant homme de guerre, il est fait prisonnier à Goa, en terre portugaise, où on le soupçonne de sympathies protestantes. Après bien des péripéties, il réussit à rentrer en France où il publie, en 1611, le récit de ses aventures. Cette relation de voyage, rééditée récemment, est une œuvre de référence pour tous ceux qui s'intéressent à l'histoire et à la culture des Maldives.

Kuredu Island Resort

Au nord de l'atoll de Malé, à 40 min d'hydravion, 3 h 30 en bateau de Malé.

Kuredu Island est le plus vaste emplacement hôtelier des Maldives avec 3 km de plage de sable blanc et un large lagon. Elle est connue des spécialistes du monde sous-marin en raison de son abondante **faune aquatique.** Son centre de **plongée** est important, avec 48 sites incluant des épaves, parmi lesquels le célèbre **Fushivaru Thila.**

One & Only Kanuhura

Sur le récif est, à 40 min d'hydravion de Malé.

Un lieu marqué par la beauté exceptionnelle du cadre auquel s'ajoutent luxe et confort.

SOUS L'EAU

Sur le plan de la plongée, Lhaviyani jouit d'une excellente réputation. Des **passes** comme Kuredu Express, Fushivaru Kandu ou encore Felivaru Kandu sont recherchées pour la présence de **« gros »,** à savoir **requins gris, requins pointe blanche, raies-aigles, etc.** En raison de son développement récent, les plongeurs y bénéficient d'une tranquillité certaine, à la différence des atolls situés plus au sud. Ici, personne ne plonge là où un autre bateau est déjà présent. Autre centre d'attraction : **deux épaves côte à côte, très photogéniques.** Véritables épaves, à la différence des petits cargos coulés exprès pour fixer la faune, elles sont suffisamment vieilles maintenant pour être couvertes de concrétions spectaculaires.

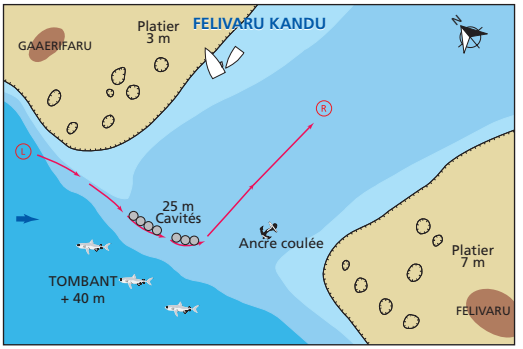
Clubs de plongée

– *Pro Divers* sur Komandu,
– *Pro Divers* sur Kuredu,
– *Sun Divers* sur Kanuhuraa Sun Resort & Spa.

Carnet de plongée

Felivaru Kandu (1)

Localisation : B3, situé du côté ouest de l'atoll.

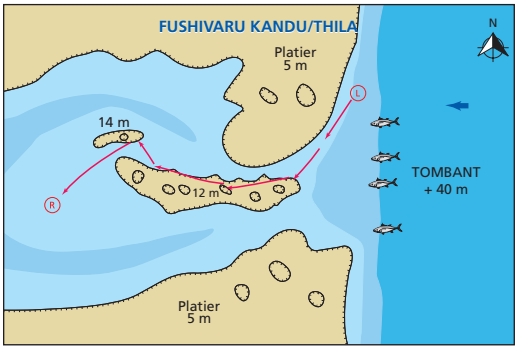


Cette passe est l'une des plongées les plus spectaculaires de l'atoll, à réserver aux plongeurs expérimentés. Comme beaucoup de passes, il faut **la faire courant rentrant** – ouest-est – et se mettre à l'eau au nord ou au sud, à l'extérieur du récif. On descend et on la traverse **sur la marche,** d'une longueur de 200 m, à un niveau de 30 m. On essaiera, selon la force du courant, de rester le plus longtemps possible au milieu. Là, le spectacle se déroule devant nos yeux, avec le ballet des **requins gris** qui vont et viennent, le vol en escadrilles des **raies-aigles,** se moquant du courant, le passage des **thons,** l'apparition des **bancs de carangues et de barracudas…** Derrière la marche, légèrement à l'intérieur de la passe, dans la zone des 25 m, se trouve une ancre qui ne présente pas un immense intérêt si ce n'est que des **raies pastenagues** sont posées sur le sable. Avec un fort courant, il est déconseillé d'aller sur l'ancre, car, en s'engageant trop dans la passe, il serait impossible de revenir sur la marche et l'on manquerait l'intérêt principal de la plongée. Pour terminer, en fonction de sa consommation d'air, on peut, soit remonter en plein bleu dans la passe et se faire récupérer plus à l'intérieur de l'atoll, soit remonter progressivement, traverser et faire ses paliers de sécurité sur le récif de l'autre côté à 5 m. Si l'on finit sa plongée sur le coin nord, avec un fort courant, on a une chance de remonter vers les deux épaves. Mais il est impossible de faire les deux plongées en une.

Fushivaru Kandu/Thila (2)

Localisation : C3, situé du côté est de l'atoll.

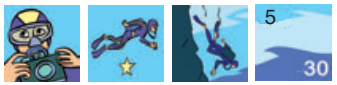
En haute saison, cette plongée s'effectue plutôt **courant rentrant** – est-ouest. On saute alors devant la passe, de préférence côté sud, si le courant le permet. On la traverse tout en restant un moment sur la marche à environ 30 m en face du bleu. Sous nos yeux, **raies-aigles et requins gris** sillonnent l'océan. On finit ensuite de traverser et l'on rentre dans la passe pour aboutir sur le sec qui se trouve à l'intérieur. Là, au début du sec, **de nombreux poissons de récif** font face au courant : lutjans à bosse,



gaterins, fusiliers, carangues, etc. On peut finir la plongée dans le bleu ou essayer de rejoindre le récif le plus proche à 5 m de profondeur. En basse saison et plutôt de mi-octobre à mi-décembre, on plonge **courant sortant** – ouest-est. La mise à l'eau s'effectue bien à l'intérieur de la passe pour arriver à la fin de la descente sur le début du sec, côté ouest. Là, il vaut mieux rester sur le sec et, avec de la chance, on assistera au **nettoyage des raies manta.** En effet, sur le haut du sec, à 12 m, plusieurs « patates » de corail (porites) abritent toute une population de labres nettoyeurs et offrent autant de stations de nettoyage aux raies manta et à d'autres espèces à l'occasion. A cette période de l'année, les poissons de récif seront à la pointe du sec côté ouest. On termine la plongée sur le récif côté nord, abrité du courant, où l'on pourra admirer la nage des raies manta.

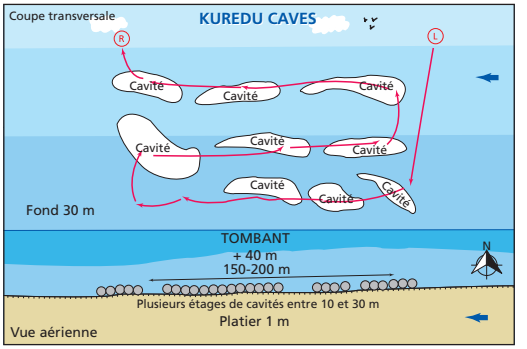
Kuredu Caves (3)

Localisation : B3, situé sur le récif de l'île de Kuredu, à l'extérieur de l'atoll.



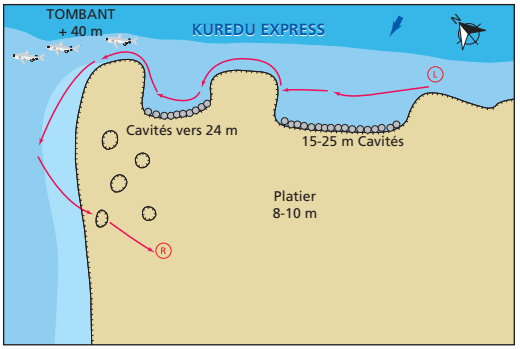
Cette plongée, accessible aux débutants, s'effectue par courant est-ouest comme par courant ouest-est. Le tombant externe de l'île de Kuredu, à

Les rideaux de poisson-harpes, ou glassfishes, sont toujours un spectacle fabuleux.



l'extérieur de l'atoll, présente sur une longueur de 200-250 m toute une **série de surplombs ou cavités allant de 30 à 7-8 m de profondeur.** Il est assez facile de partir une première fois dans un sens vers les 25-30 m puis, arrivé à la fin, de faire demi-tour et de revenir sur ses pas dans la zone des 10-15 m. Enfin, pour ceux à qui il reste suffisamment d'air, un troisième passage entre le platier et les surplombs les moins profonds, dans la zone des 8 m, est encore possible. Lors de cette plongée, et c'est peut-être unique aux Maldives, il est possible d'observer au moins une dizaine de **tortues vertes,** plus grosses que les tortues à écailles que l'on voit le plus souvent. Cette espèce assez rare est ici représentée par quasiment **un individu dans chaque cavité.** Signalons la présence de **nombreuses stations de nettoyage** où mérous, gaterins et poissons-écureuils parmi d'autres se retrouvent immobiles, la gueule grande ouverte, offerts aux services des labres nettoyeurs. Outre la faune récifale habituelle, on y observe également un **poisson-feuille** vers les 8 m. Pour terminer la plongée après les paliers en bordure de platier, il faut se diriger dans le bleu pour faciliter la récupération par le bateau.

Le minuscule poisson-feuille est courant, mais difficile à observer.

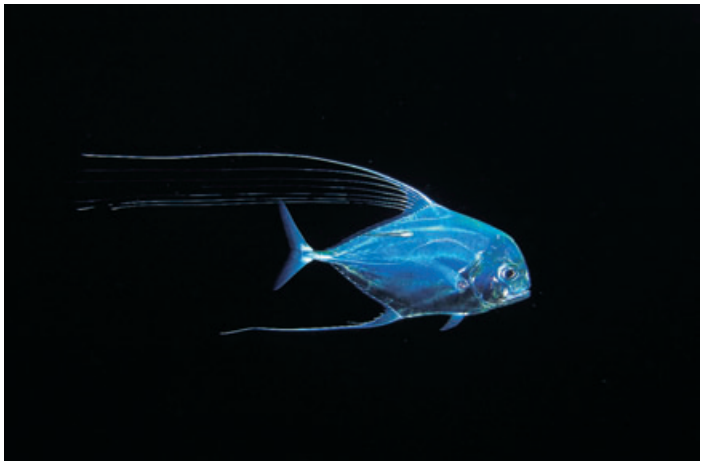


Kuredu Express (4)

Localisation : B3, situé au bord de l'atoll, juste en face de l'île de Kuredu.

Kuredu Express se déroule au coin du récif opposé à l'île de Kuredu, celui qui borde l'île de Fahigili. L'idéal est de faire cette plongée courant rentrant – nord-est/sud-ouest. On saute alors sur le récif extérieur pour explorer **deux grands surplombs,** entre 15 et 25 m de profondeur pour le premier et autour de 20 m pour le second. En explorant ces cavités, l'on peut apercevoir des **raies pastenagues,** un **requin-zèbre** appelé aussi léopard posé sur le sable ou sur les coraux ainsi que **divers poissons de récif** comme les gaterins, les napoléons, etc. Il ne faut pas oublier de jeter un coup d'œil

Il existe de nombreuses variétés de carangues; sur la photo, une carangue à plumes.

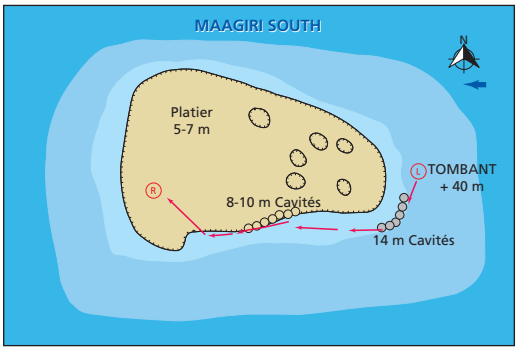


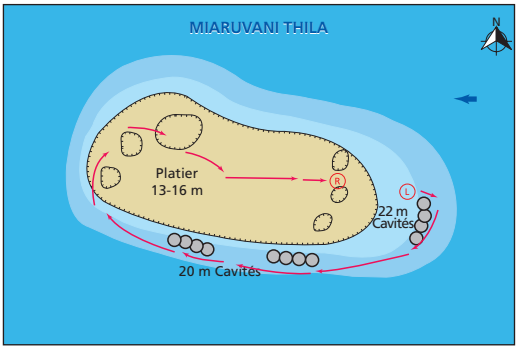
de temps en temps en direction du bleu, où peuvent se découper les silhouettes des requins gris et des raies-aigles. En se laissant tout simplement porter par le courant, on atteint le bord du récif au début de la passe où l'on s'accroche délicatement, selon la force du courant. **Raies-aigles et requins gris** passent et repassent devant les plongeurs avec, comme interlude, des bancs de lutjans rouges. Pour terminer, on se laisse aller dans la passe et l'on remonte doucement vers le bord à 10 m. Là, carangues, pompaneaux, raies pastenagues et murènes s'offrent aux regards même les moins perçants. Les paliers s'effectuent dans le bleu, dans la passe ou juste au-dessus du platier.

Maagiri South (5)

Localisation : B3, situé vers le nord, dans l'atoll.

Comme son nom l'indique, la plongée s'effectue sur le côté sud d'un très grand sec, long d'au moins 500 m. Cette partie est incontestablement la plus belle et la plus intéressante. Il est préférable de plonger ce sec avec un léger courant est-ouest. Léger, car il permet de rester un bon moment sur la pointe pour admirer la scène sous-marine : **lutjans jaunes à raies bleues, gaterins orientaux,** alignés comme pour une parade, **banc compact de fusiliers** qui se déchire et se referme comme un véritable rideau sous les coups de boutoir des **carangues en chasse.** Les murènes, les poissons-soldats, les poissons-écureuils répondent également présents. Quand on le peut, ce coin mérite qu'on lui consacre un bon tiers, voire la moitié de la plongée. Ensuite, on se laisse aller avec le courant. Dans les multiples **surplombs ou cavités** à différents niveaux – entre 15-20 m et 10-12 m –, on observe des raies pastenagues, des bancs de poissons-harpes – *glassfishes* –, des rascasses volantes, des poissons-feuilles ainsi qu'une murène nid-d'abeilles pour le moins familière. Les mérous, immobiles et gueule ouverte, attendent patiemment que les labres accomplissent leurs bons offices dans **les nombreuses stations de nettoyage.** Pour finir, il ne faut pas oublier de s'éloigner du sec pour faciliter la récupération par le bateau.



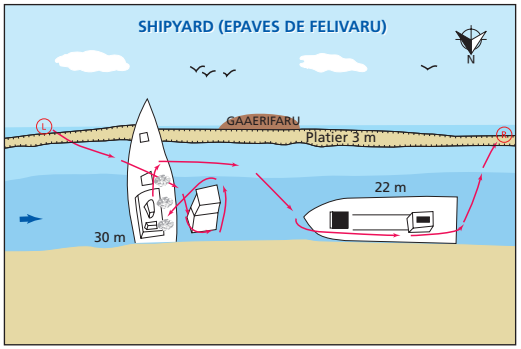


Miaruvani Thila (6)

Localisation : B4, situé au centre de l'atoll.

Ce **petit sec** d'une trentaine de mètres de diamètre est difficile à trouver, surtout par mauvaise visibilité, car **relativement profond.** Le haut du sec culmine en effet à 13 m et descend légèrement jusqu'à 16 m. Cette plongée, accessible aux débutants, ne présente pas beaucoup d'intérêt au-delà de 22 m, profondeur du surplomb le plus bas. En outre, comme le site se trouve en plein centre de l'atoll, où il est partiellement protégé par un grand récif (*giri*), on y rencontre **très rarement du courant.** Ce sec possède **plusieurs surplombs dans la zone des 20-22 m** abritant la faune habituelle : poissons-hachettes nains, beaucoup de rascasses volantes, bancs de lutjans à raies bleues, mérous. Juste devant, des bancs de fusiliers subissent les assauts des carangues et des thons. Les raies-aigles et parfois quelques

Crabes et crevettes sont nombreux dans les coraux.



requins pointe blanche patrouillent également. Sur le dessus du sec, on peut observer une **multitude d'anémones et leurs hôtes, les poissons-clowns,** ainsi que, plus rares, **de nombreux poissons-pierres.** Le platier est aussi l'habitat de la rarissime **crevette arlequin.** Il en existe ici plusieurs que l'on déniche aisément, en général à proximité d'étoiles de mer qu'elles sont en train de dépecer pour les manger. On trouve également la plus ordinaire mais non moins intéressante **crevette mantis.** Très farouche, elle peut être agressive et il n'est pas rare de voir l'objectif d'un appareil photo brisé par la violence du coup qu'elle peut décerner avec ses pinces. Du fait de l'absence de courant, il est très facile de faire ses paliers dans le bleu au-dessus du sec.

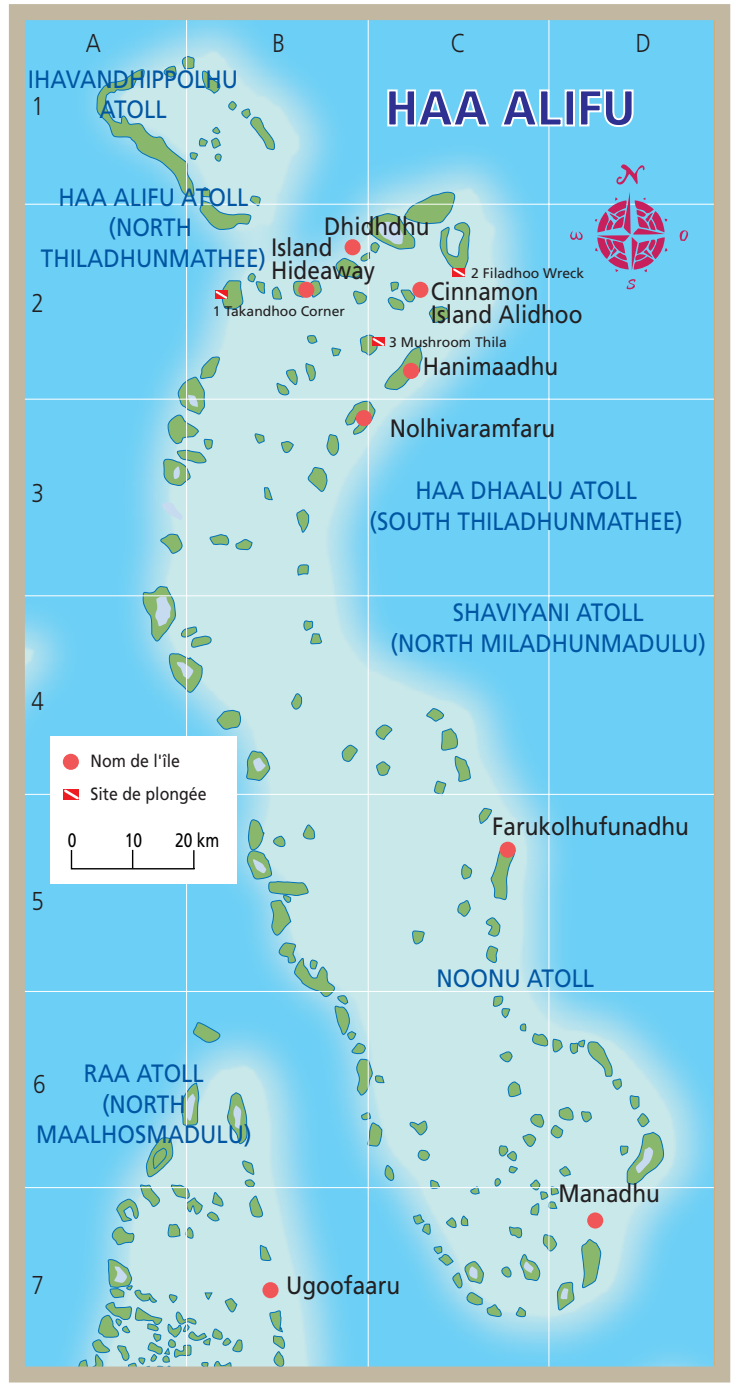
Shipyard (Epaves de Felivaru) (7)

Localisation : B3, situé du côté ouest de l'atoll.

Cette plongée est le cimetière des *Skipjack 1* et *2*. Ces deux navires réfrigérateurs embarquaient les thons de l'usine de poissons de Felivaru, l'île à proximité. Le premier, fracassé sur le récif en 1981, mesure 35 m de long sur 10 de large. Son « *sister-ship* » l'a rejoint deux années plus tard pour des raisons obscures. L'un est posé quasiment à la verticale, la proue émergeant de la surface, tandis que l'autre a coulé 50 m plus loin, sur le côté bâbord. **La quantité de concrétions qui se sont développées dessus est frappante.** Coraux durs, alcyonaires, gorgones, hydroïdes, corail noir, éponges habillent de couleurs éclatantes ces deux épaves, tout en offrant le gîte à une multitude de poissons comme les blennies, les poissons-scorpions au camouflage indiscernable, les poissons-anges, les poissons-papillons, etc. Lorsqu'il y a du courant, **les bancs d'empereurs bossus et de poissons-chirurgiens,** à l'alignement parfait, constituent pour le photographe un remarquable premier plan avec l'une des deux épaves en arrière. Un superbe **banc de poissons-harpes** (*glassfishes*) habite également la superstructure de la première épave. Pour une meilleure visibilité, le courant rentrant – ouest-est – est préférable. On commence alors par l'épave verticale, puis on passe à celle qui est couchée, pour revenir si on le peut à la première, à un niveau supérieur, et terminer sur le récif, vers 5 m.

Haa Alifu

Les quatre atolls Noonu, Shaviyani, Haa Dhaalu et Haa Alifu constituent en fait un seul et immense ensemble géographique, qui s'étend au nord avec Ihavandhippolhu Atoll, composé d'une vingtaine d'îles et rattaché à l'atoll d'Haa Alifu, et à l'ouest avec Maamakunudhu Atoll, composé de quatre îles et rattaché à Haa Dhaalu. Tous ces atolls ont été longtemps interdits au tourisme. Les bateaux de croisières ne pouvaient donc pas s'y rendre. Si par mégarde l'un d'entre eux s'aventurait dans cette zone, il était immédiatement signalé aux autorités par les pêcheurs locaux et s'exposait à quelques ennuis à son retour à Malé (amendes, etc.). Ce n'est que depuis 1998 que ces atolls sont ouverts et plusieurs îles de ces atolls ont été mises aux enchères par les autorités maldiviennes afin qu'elles deviennent des hôtels. Autant dire que très peu de plongeurs ont trempé leurs palmes dans cette zone qui fut longtemps la chasse gardée des pêcheurs. L'atoll Haa Alifu, le plus septentrional des Maldives, offre enfin ses beautés naturelles aux passionnés de quiétude et de nature vierge.



Peu de plongeurs ont encore eu la chance de découvrir le grand Nord. Même les bateaux de croisière s'y aventurent rarement car, par la mer, le trajet est long depuis la capitale. Récemment de nouveaux *resorts* ont eu l'autorisation de s'y installer, une trentaine de sites de plongée y sont maintenant répertoriés et il est temps de s'y rendre avant que l'endroit ne devienne trop encombré. Haa Alifu dispose d'atouts importants aptes à ravir les aquanautes de tous niveaux. Les récifs de l'intérieur de l'atoll, bien protégés, abritent des plongées calmes avec peu ou pas de courants où l'on se déplace comme un poisson dans un aquarium naturel. Quant aux plongeurs émérites, ils évolueront au-dessus de fantastiques thilas et entre les remparts de canyons où le courant balaye de somptueux coraux mous. Mais tous auront le plaisir de découvrir un univers sous-marin d'exception, peuplé de minuscules créatures et de bancs de poissons multicolores, de mantas, de tortues et de dauphins.

Un patrimoine naturel sous contrôle

La protection des colonies coralliennes est essentielle pour la préservation de l'univers terrestre et sous-marin des Maldives. Cette biodiversité unique au monde est une richesse que les Maldiviens mettent à la disposition du monde entier. Le tourisme bleu étant devenu la ressource principale du pays, les visiteurs (dont une majorité de plongeurs) comme les îles-hôtels qui les accueillent ont le devoir de se sentir particulièrement concernés. Le gouvernement a déclaré 25 sites zones protégées et de nombreuses espèces sont interdites à la pêche, la récolte et l'exportation – entre autres : corail noir, tortue, dauphin, requin, bénitier… Il a également mis en place de nombreuses actions pour favoriser l'écotourisme et ainsi créé le « President of Maldives Green Resort Award ». Ce prix, décerné annuellement, récompense le resort qui s'est le plus illustré en matière de développement durable et de protection de l'environnement. Cette mobilisation est vitale à la sauvegarde de l'un des écosystèmes les plus fragiles de la planète. Deux chiffres à mémoriser pour prendre conscience de notre responsabilité envers l'archipel : 370 000 (population maldivienne) et 700 000 (nombre de visiteurs en 2007).

Les tables d'acropora sont l'habitat de toute une faune récifale.

Club de plongée

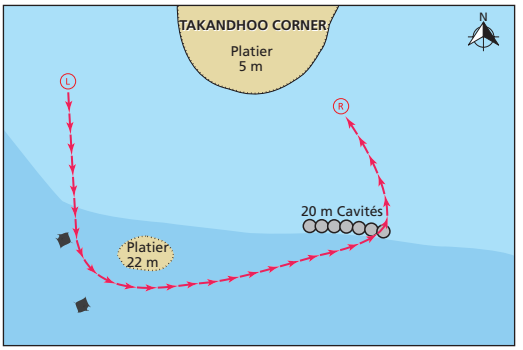
– *Meridis Dive,*
– *Meridis Dive & Relax* sur Cinnamon Island Allidhoo et sur Island Hideaway.

Carnet de plongée

Takandhoo Corner (1)

Localisation : B2, situé au sud de Thakandhoo, à l'Ouest de l'atoll d'Haa Alifu.

L'occasion idéale de passer une excellente journée en mer, de déjeuner sur le bateau et de faire une petite sieste entre deux ou trois immersions.
Takandhoo Corner est la bonne option la plongée du matin ; mais elle est plutôt réservée aux plus chevronnés quand il y a du courant. Entre 20 et 28 mètres de fond, d'importants massifs coralliens recouverts d'une flore somptueuse font battre le cœur du plongeur le plus blasé. Mais sans descendre aussi bas on peut sereinement observer une faune se tenant à l'abri des surplombs : des gaterins rayés jaune et noir ou des apogons striés, les uns au-dessus des autres se tenant placidement en bancs face au courant. Tout autour chassent nonchalamment thons, barracudas, labres géants et raies pastenagues. Toute proche, plus au nord de Thakandhoo, la plongée d'Aquarium est idéale pour les photographes, les débutants ou tout simplement les fervents de visions multicolores. En eau peu profonde, maximum 8 mètres, comme son nom l'indique il suffit d'écarquiller les yeux derrière le masque pour se retrouver l'hôte discret d'un aquarium géant. Bonites,

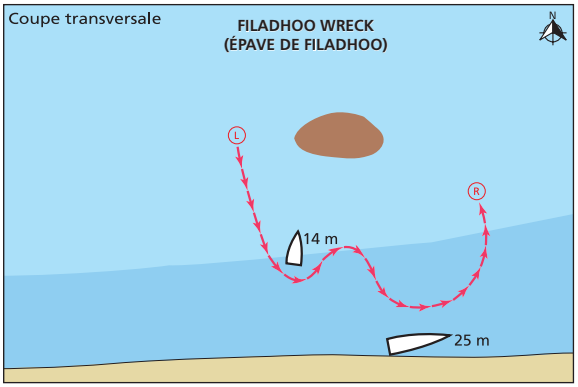


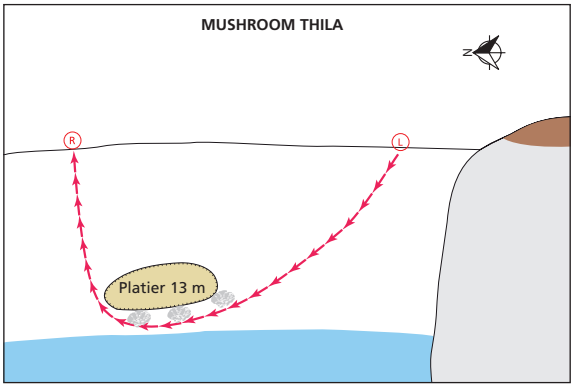
poissons-trompettes, brêmes de mer reconnaissables à leur écharpe blanche bordée de noir, lutjans à raies bleues : toute la faune des Maldives s'y donne rendez-vous. De décembre à avril l'endroit devient la station de nettoyage de nombreuses raies mantas qui viennent se faire débarrasser de leurs parasites par les poissons nettoyeurs. Etant donné le peu de profondeur, l'absence de courant et la limpidité de l'eau on peut tout simplement prendre un grand plaisir à observer le spectacle depuis la surface muni uniquement d'un masque et d'un tuba.

Filadhoo Wreck (Epave de Filadhoo) (2)

Localisation : C2, situé au sud-est de Filadhoo, extrême est de l'atoll d'Haa Alifu.

Il y a une cinquantaine d'années en raison d'une panne, un navire transportant du charbon a dérivé vers Filadhoo et s'est échoué sur le tombant. Personne ne s'est intéressé à son histoire et on ne connaît même pas son nom ; l'épave a de ce fait pris le nom de l'île. Plantée maintenant dans le substrat à 14 mètres de fond, une partie de la coque s'élève verticalement au-dessus de la surface. Ayant rarement l'occasion de disposer d'une épave aussi accessible, ce site ravira aussi bien les néophytes que les blasés de la plongée-épave. Concrétionnée par les coraux durs, envahie par une multitude d'alcyonaires de toutes sortes et d'éponges encroûtantes rouges, jaunes ou orangées, elle est devenue elle-même un massif corallien. On y admire de nombreuses huîtres zigzag accrochées aux ferrures et des spondyles massifs baillant de tout leur manteau charnu. Elle est devenue le refuge de bancs de vivaneaux et de poissons napoléon. Tout autour de l'épave des tables d'acropores de belle taille abritent leurs habitants habituels : blennies, eléotris magnifiques et chromis. C'est également une excellente place pour y rencontrer des raies-aigles, des requins pointes blanches et des bancs de dauphins qui n'hésiteront pas à suivre le bateau durant la route du retour.





Mushroom Thila (3)

Localisation : C2 situé au centre de l'atoll d'Haa Alifu.

Au départ on pense à une plongée typique des Maldives sur un pinacle sous-marin protégé du courant par l'île toute proche. Pour commencer on se laisse glisser jusqu'à 30 mètres pour se retrouver au pied du thila. Celui-ci, d'une dimension assez exceptionnelle – le pied atteint 60 mètres de large et le sommet trois fois plus – se dresse comme un immense champignon (d'où son nom « mushroom ») de 15 mètres de haut au milieu d'un champ. Mais arrivé sous sa voûte de corail d'où pendent des alcyonaires lisses de couleur lilas, la magie opère. L'apesanteur aidant on a l'impression durant quelques minutes de voler sous une tonnelle ornée de glycines un soir de printemps. La remontée se fait en douceur au-dessus d'un jardin d'où jaillissent des coraux mous gigantesques ; rouges, blancs, verts, grenat, roses, orange, toutes les variétés d'alcyonaires que contient l'océan Indien sont réunies à cet endroit. Se dissimulant dans cette faune et cette flore, des centaines de poissons de récif virevoltent, chassent, se tiennent à l'affût ou se protègent, chaque espèce ayant son heure pour dénicher sa proie ou se reposer. A 15 mètres, le toit du thila est couvert d'anémones magnifiques dont le manteau ondule légèrement. De leurs tentacules d'un vert translucide émergent et disparaissent des dizaines de poissons-clowns. Ceux-ci vivent en association parfaite avec l'anémone. Le moment le plus difficile de cette plongée est de se détacher de ce somptueux spectacle.

Atolls du Centre

A l'exception de l'atoll de Vaavu, tous les autres atolls, comme ceux du Nord, ont été pendant très longtemps fermés au tourisme. Vaavu regroupe l'atoll de Vaavu proprement dit et celui plus au sud de Vattaru, petit atoll composé d'un récif et d'une seule île inhabitée. Seulement quelques îles touristiques se sont récemment ouvertes dans les atolls de Dhaalu, Meemu et Faafu. D'une manière générale plutôt peu peuplés, ces atolls, assez étendus pour certains, recèlent beaucoup d'îles désertes. Ainsi l'atoll de Vaavu ne compte que 5 îles habitées. Préservés des touristes et des plongeurs, ces atolls ont aussi été relativement épargnés par les pêcheurs.

Faafu (North Nilandhoo) Atoll

Au sud du vaste atoll d'Ari, **l'atoll de Faafu** regroupe 23 îles, dont cinq habitées, sur une longueur de 30 km et une largeur de 27 km. La majorité des îles sont disséminées sur le côté est de l'atoll. La pêche constitue l'activité principale de ses 4 600 habitants.

Nilhandoo

A la pointe sud de l'atoll, cette île est bien connue des historiens des Maldives. Le célèbre archéologue **Thor Heyerdahl** y excava un site archéologique et découvrit qu'autrefois, avant la conversion à l'islam, l'île constituait un vaste **complexe religieux hindouiste** possédant probablement sept temples.

La mosquée que l'on peut voir aujourd'hui fut bâtie de 1153 à 1166 par le premier sultan des Maldives, Mohamed Ibn Abdhulla, en utilisant les pierres des anciens temples.
Aasaakiiym Miskiiy, deuxième plus ancienne mosquée des Maldives, présente une belle architecture avec un intérieur décoré de superbes ornementations en bois.

Filitheyo Island Resort

A 35 min d'hydravion.
Un cadre merveilleux et une végétation abondante pour cette île qui est également un agréable centre de plongée.

Dhaalu (South Nilandhoo) Atoll

Il mesure 38 km de long et 23 km de large. Sur ses 56 îles, huit seulement sont habitées. Sa population comprend 6 700 habitants, avec pour capitale **Kudahuvadhoo,** à l'extrémité sud de l'atoll. Celui-ci offre depuis peu d'excellents sites de **plongée,** en particulier au nord-est. Les tortues y vivent en grand nombre.

Ribudhoo

Peuplée seulement de 350 habitants et comportant 3 mosquées – dont la plus ancienne est décorée de sculptures sur bois –, elle accueille **les meilleurs joailliers du pays.** Selon la légende, cette activité débuta il y a plusieurs centaines d'années, lorsque le sultan des Maldives y condamna au bannissement son chef joaillier qui lui avait dérobé son or.
Meedhoo est un agréable village de pêcheurs de 1 300 habitants.

Vaavu (Felidhoo) Atoll

Il comporte deux atolls géographiques, l'atoll de Vaavu proprement dit et un grand atoll circulaire, de 9 km de diamètre, l'atoll de Vattaru, qui comporte une seule île inhabitée. Il compte 19 îles et une population qui

Invitation au voyage.

Des paillettes d'argent pour un spectacle de la nature.

n'atteint pas les 2 000 habitants, avec cinq villages de pêcheurs très peu peuplés. Ces îles gardent encore l'atmosphère idyllique de la vie insulaire.
L'atoll de Vaavu est une véritable **merveille géographique.** De la forme d'une botte, il constitue **la pointe la plus orientale** de l'archipel des Maldives.
Par ailleurs, le récif intact, d'une longueur de 55 km, qui s'étend de l'« orteil », Foththeyo Muli, au « talon » de la chaussure, est le plus long des Maldives, l'île de Foththeyo Bodufushi étant la plus à l'est. Il offre **les sites de plongée les plus intéressants** des Maldives. **Foththeyo Kandu** est souvent considérée comme le meilleur site de plongée du pays et parmi les cinq meilleurs du monde.
Les récifs est de l'atoll sont parfaitement préservés : un régal pour les plongeurs comme pour les utilisateurs de tubas. Avec quelque chance, on peut y rencontrer des **requins marteaux** ou plus simplement des requins gris.

Dhiggiri Tourist Resort

A 35 min en hydravion, 1 h 30 en bateau rapide de Malé.
Avec sa **superbe plage** de sable fin qui descend en pente douce vers le lagon, elle offre de bonnes conditions pour **la plongée libre** et **la nage.**

Meemu (Mulaku) Atoll

D'une longueur de 47 km et d'une largeur de 30 km, il regroupe environ 33 îles, dont la plupart se trouvent sur le côté est. Ses 6 500 habitants n'occupent que neuf des îles. L'ou-

Une journée en mer

Les pêcheurs passent toute la journée en mer. Dès l'aube, ils capturent avec leurs filets des poissons appâts qu'ils gardent en vie dans la coque de leur navire. Puis ils embarquent et naviguent jusqu'à ce qu'ils aient détecté un banc de thons, le plus souvent signalé par les cercles que décrivent les oiseaux dans le ciel. Autrefois, les pêcheurs ne perdaient pas de vue leur île afin d'assurer la sécurité de leur retour ; les techniques de navigation modernes leur permettent aujourd'hui de s'aventurer plus loin. Les méthodes de pêche varient selon le type de poisson et l'heure de la journée. La plus spectaculaire est la pêche de nuit, durant laquelle sont capturés mérous, barracudas, empereurs, poissons écureuils et maints autres poissons des récifs coralliens. Un délicieux dîner-barbecue sur la plage conclut agréablement toute journée de pêche.

La petite manta, la mobula, habite comme sa grande sœur dans les eaux maldiviennes.

verture de **sites de plongée** va permettre d'explorer des zones jusque-là inviolées. Le long du récif frangeant du nord, il existe cinq passes, la meilleure étant celle située le plus à l'ouest, connue sous le nom de Mulaku Kandu. La topographie sous-marine ressemble aux étroits et spectaculaires chenaux de l'atoll de Vaavu. **Mulaku Kandu** présente l'aspect inhabituel d'un vaste pic submergé s'élevant des profondeurs de l'eau au centre du chenal. Le pic est recouvert de magnifiques coraux et entouré d'une myriade d'êtres aquatiques. Par tradition, les navires venus du sud et se rendant à Malé font **escale** dans cet atoll, en particulier à la capitale, Muli. L'activité essentielle est la pêche, surtout sur **l'île de Dhiggaru.** **Kolhuvaareyaafushi,** à l'extrémité sud, est connue pour ses cultures d'ignames. Une épée que l'on suppose avoir appartenu au sultan Mohamed Thakurufaanu est déposée dans sa mosquée.

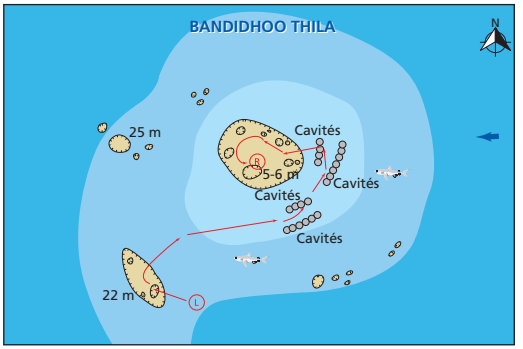
Chaaya Lagoon Hakuraa Huraa

A 45 min en hydravion de Malé.

Longue de 130 m et large de 100 m, l'île se trouve au beau milieu d'une immense lagune. Sur ses côtés nord et ouest, **une magnifique plage** s'avance doucement vers la mer. Le récif, jusqu'alors inexploré, ainsi que les nombreux **fonds marins** nouvellement découverts de l'atoll de Meemu sont une aubaine pour les plongeurs.

SOUS L'EAU

En raison de l'interdiction de s'y rendre et du faible nombre d'îles de pêcheurs dans certains de ces atolls, **beaucoup de récifs sont intacts, vierges de toute présence humaine et des dégradations qu'elle entraîne.** La passe de Foththeyo, dans l'atoll de Vaavu, jouit d'une réputation qui a depuis longtemps dépassé les frontières. On vient de très loin pour plonger sur ce site qui allie la beauté des coraux mous jaunes, au sensationnel des passages de requins-marteaux, le matin à l'aube. Quant aux autres atolls, même si les centres de plongée ont déjà prospecté la plus grande partie des passes et des secs, il est fort probable qu'ils réservent encore des surprises.



Carnet de plongée

Bandidhoo Thila (1)

Localisation : B4, situé du côté est de l'atoll de Dhaalu à 10 min en dhoni de l'île de Velavaru.

Ce site présente la particularité d'être un **sec classique** qui remonte à 5 m, doté d'un **petit « frère »,** à 20 m de distance environ, côté sud-ouest, nettement plus profond – 22 m –, appelé **« Baby Bandidhu Thila ».** Selon le sens du courant, on saute soit sur le petit sec – courant sortant ouest-est –, soit sur le grand – courant rentrant est-ouest –, que l'on explore vers les 20-25 m, puis que l'on contourne pour aller sur le petit, avant de remonter sur le grand, abrité du courant. Le dessus du grand sec pré-

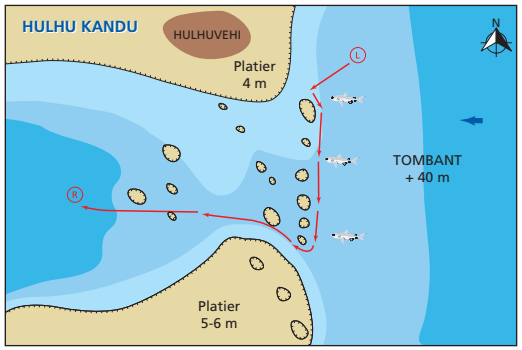
Une murène à tête jaune.

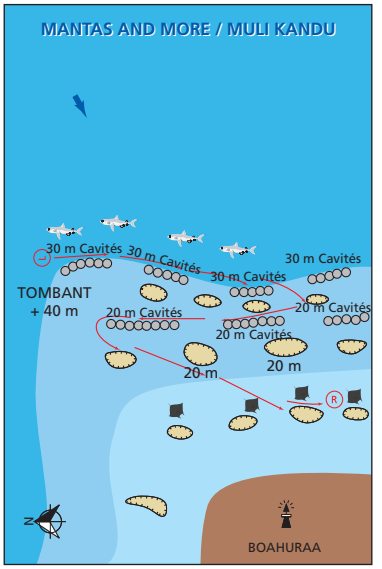
sente quelques coraux durs, dont certains morts, de peu d'intérêt, mais surtout beaucoup de **coraux mous** et un **tapis d'anémones** de différentes espèces ainsi qu'une multitude de **crinoïdes** de toutes les couleurs. C'est un **véritable aquarium :** poissons-anges, poissons-papillons, rascasses volantes. Attention où l'on met les mains sur le dessus du sec, où se dissimulent des poissons-scorpions. Pour compléter la liste, mentionnons le banc de **poissons chauves-souris ou platax,** quelques **tortues et requins pointe blanche,** de nombreuses **murènes,** et parmi les pélagiques : **thons, carangues, raies-aigles…** Le petit sec, lui, est recouvert de coraux mous et d'arbustes de corail noir et surtout d'une nappe jaune constituée par un banc compact de **lutjans jaunes à raies bleues.** On y trouve également beaucoup de rascasses volantes et, pour les observateurs avertis, des trous où logent des **crevettes mantis,** ainsi qu'occasionnellement des **poissons-pipes fantômes,** espèce rarissime aux Maldives.

Hulhu Kandu (2)

Localisation : B5, situé du côté est, au bord de l'atoll de Dhaalu.

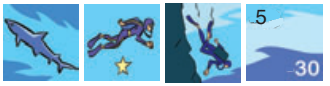
La particularité de cette passe réside dans **la selle de sable** qui remonte à 14-15 m, entre le côté intérieur et le côté extérieur. Ces derniers redescendent en pente douce sur un fond de sable respectivement jusqu'à 30 m et jusqu'à 18 m pour chuter plus brutalement jusqu'à 40 m et au-delà vers l'extérieur de l'atoll. La passe mesure environ 80 à 100 m de long, ce qui la rend **très facile à traverser,** à une profondeur de 25-30 m. La selle fait environ 30-35 m de large. Idéalement, cette plongée s'effectue courant rentrant – est-ouest. Côté extérieur on peut admirer beaucoup de coraux durs et énormément d'arbustes de coraux verts tubastrées auxquels il faut prêter une attention toute particulière, tant ils sont fragiles. Cependant, l'intérêt de la plongée demeure dans l'observation des poissons. Avec un courant bien établi, on peut voir évoluer dans le bleu en bordure de la passe jusqu'à une **trentaine de requins gris.** Sinon, en guise de consolation, la rencontre avec des **requins pointe blanche** et **les raies-aigles** est garantie. Dans le bleu ou au-dessus de la selle, des **barracudas** et des **thons** passent et repassent pour chasser dans les bancs de fusiliers. Sur la pente extérieure de la passe ont également élu domicile un banc de lutjans rouges et un de lutjans à bosse. On termine tout naturellement la plongée le long du récif à l'intérieur de la passe.



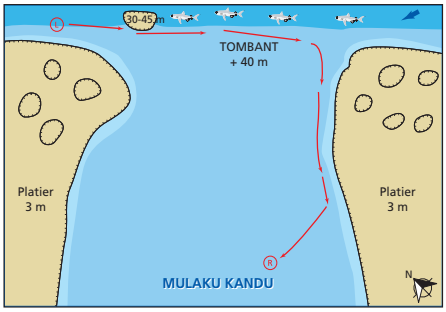


Mantas and More ou Muli Kandu (3)

Localisation : C5-D5, situé du côté est, au bord de l'atoll de Meemu.



Cette plongée s'effectue de décembre à mai, de préférence **courant rentrant – ouest-est.** Il s'agit du bord nord de l'île de Boahuraa. Dans la zone des 30 m, avec un courant léger, on explore très facilement une superbe cavité recouverte de coraux mous jaunes. En continuant un peu plus au sud à la même profondeur, on arrive successivement sur deux autres cavités qui se sont effondrées et qui maintenant forment une sorte de canyon, recouvert lui aussi d'alcyonaires jaunes. Durant toute cette exploration, les bancs de **lutjans rouges,** de **chirurgiens et des familles entières de napoléons,** comprenant d'énormes mâles, accompagnent les plongeurs. Cependant, la véritable attraction demeure **les requins pointe blanche** et **les requins gris** qui patrouillent dans le bleu et sur le bord du récif. On remonte par paliers d'une dizaine de mètres pour atteindre la terrasse suivante, vers les 20 m et finalement la zone des 10 m, où l'on terminera la plongée. Sous les blocs de corail règne toute une faune récifale, dont une impressionnante population de langoustes. De mai à décembre – en basse saison –, cette plongée mérite un **courant sortant – est-ouest –** pour les stations de nettoyage de **raies manta** qu'elle abrite dans la zone des 10-12 m. Les rencontres avec ces majestueuses créatures sont presque assurées, avec en prime l'heureuse surprise d'une rencontre avec un **requin-baleine.** La rançon en sera une visibilité médiocre, en raison de la prolifération du plancton. Les paliers de sécurité s'effectuent dans le bleu, quel que soit le sens de la plongée.



Mulaku Kandu (4)

Localisation : C4, situé à l'extrême nord, au bord de l'atoll de Meemu.

Cette passe, au nord de l'atoll, présente de prime abord un aspect de désolation. En effet, tout le corail des deux côtés de la passe est mort à cause du réchauffement survenu en 1998 à la suite du phénomène El Niño, responsable à l'époque de l'hécatombe des madrépores ou coraux durs. Cependant, comme la majeure partie des passes, elle se plonge courant rentrant – ici, nord-sud – et là, la magie opère. Les bancs de **poissons pélagiques** arrivent assez vite : **carangues, barracudas ou encore requins pointe blanche, requins gris et raies-aigles.** Au milieu de la passe, un peu trop profond pour y aller – vers les 40-45 m –, se trouve un **petit bloc de corail** dressé comme un éperon, couronné de jolies branches de coraux noirs

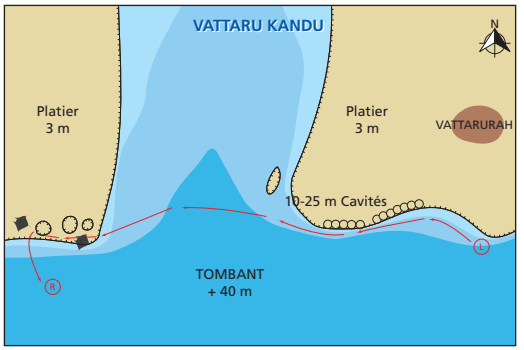
Les vers plats se protègent par leurs couleurs vives, synonymes d'avertissement.

– dont la gamme de couleur s'étire en fait du blanc au beige, de coraux mous superbes et de gorgones. Cette faune fixée est également l'habitat de mérous et autres poissons récifaux comme les poissons-écureuils, gaterins, lutjans… La passe n'étant pas large – environ 200 m –, elle se traverse assez facilement à une profondeur de 25 m au niveau de la marche. Tout absorbé que l'on peut être par le spectacle dans le bleu, il ne faut pas oublier de se retourner de temps en temps pour scruter le sable. On y trouve très souvent en effet des **raies pastenagues à queue de vache** et des **pastenagues à taches grises,** ainsi que des requins-guitares. On finit la plongée dans l'intérieur de la passe en longeant l'un de ses côtés, où tortues et autre faune de récif répondent toujours présents.

Vattaru Kandu (5)

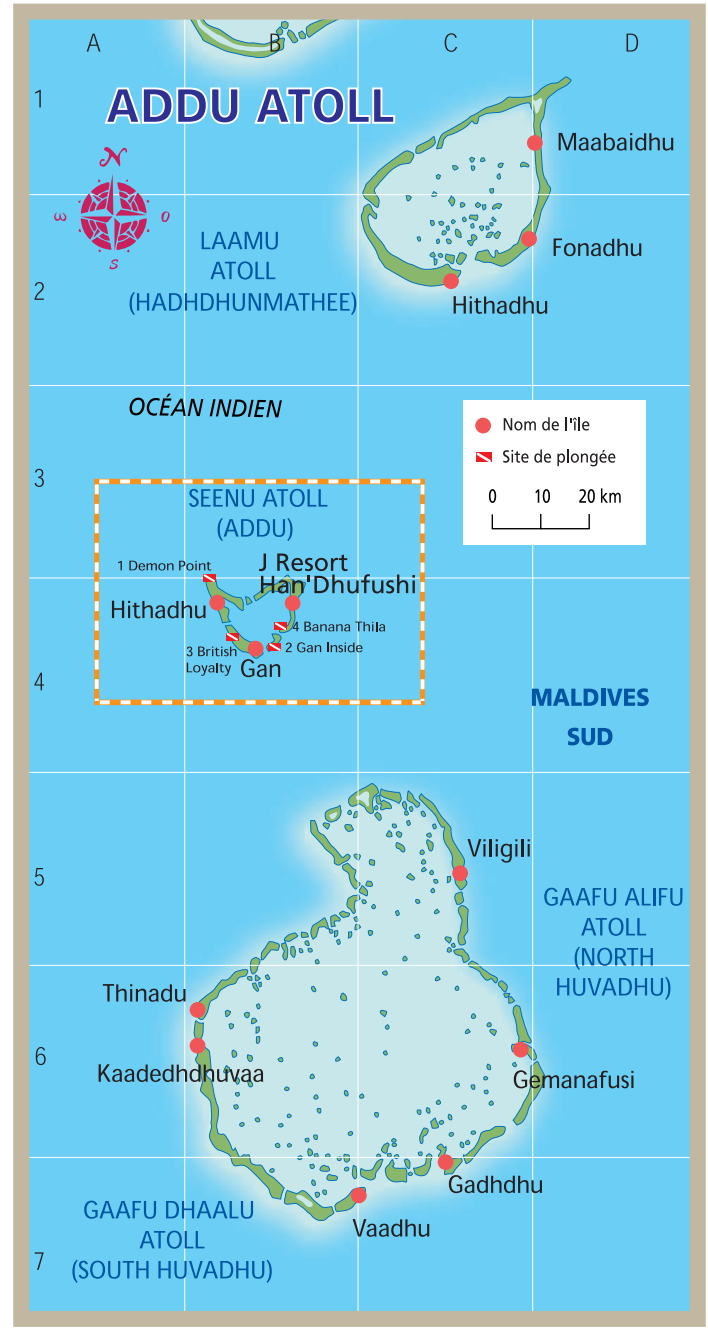
Localisation : C4, situé au sud de l'atoll de Vattaru.

La plongée s'effectue sur la seule passe de ce petit atoll qui ne compte qu'une seule île, déserte. **En haute saison,** de janvier à mai, on la plonge plutôt courant rentrant – sud-nord – afin de voir **d'éventuels pélagiques : barracudas, carangues, gros thons, quelques requins. En basse saison,** de juillet à décembre, on l'effectue courant sortant pour observer **les raies manta,** souvent repérées à cet endroit. En haute saison on se met à l'eau sur le récif extérieur qui présente beaucoup de cavités, de surplombs et d'anfractuosités. A l'intérieur, si les coraux durs ont beaucoup souffert en 1998, **les gorgones, les coraux mous et les anémones** continuent de séduire les plongeurs les plus blasés. Un filet de pêche, accroché sur le récif extérieur à l'est de la passe, est complètement colonisé par une faune fixée, gigantesque toile d'araignée vivante du plus bel effet pour les photographes. La langue de sable (d'à peine 100 m de large) qui forme la marche de la passe abrite souvent des **raies pastenagues à queue de vache ou à taches noires,** tout simplement posées dans l'attente d'une proie éventuelle. On peut terminer la plongée soit en longeant le récif intérieur de la passe, soit, après l'avoir traversée, en longeant le récif extérieur de l'autre côté.



Addu Atoll

Juste en dessous de l'équateur, à 460 km au sud de Malé, se trouve Addu (également appelé Seenu), l'atoll le plus au sud des Maldives et le seul de l'archipel à avoir été épargné par El Niño. Ici la végétation est différente des autres îles des Maldives : arbres fruitiers, amandiers, potagers, lacs d'eau douce, arbustes fleuris… Le 23 décembre 2007 entre 10 h et 11 h du matin, le premier vol international en provenance de Milan a atterri sur l'aéroport de Gan. Dorénavant, plus rien ne fait donc obstacle à la croissance de l'extrême sud des Maldives. Gan est une île-aéroport où seule vit une poignée d'habitants. La deuxième plus grande ville des Maldives et chef-lieu de l'atoll Addu est Hithadhoo. C'est ici qu'habite également le chef de l'atoll Addu. Les îles voisines, à l'exception de Vilingili, sont reliées entre elles par des ponts. La plus longue route des Maldives relie Gan à Hithadhoo et fait 16 km de long. Les habitants de cet atoll sont fiers de leurs particularités et mettent tout en œuvre pour les préserver.



Seenu (Addu) Atoll

A 500 km environ de Malé, au sud de l'équateur.

L'histoire de l'atoll est unique, car durant la Seconde Guerre mondiale il devint un centre stratégique de première importance pour les mouvements des troupes britanniques dans l'océan Indien. Une base y fut construite et 1 200 Maldiviens employés. Une base moderne subsista jusqu'au départ des Britanniques en 1976. **Hithadhoo,** la capitale, avec ses 18 000 habitants pour une population totale de l'atoll de 28 000 habitants, est la deuxième ville des Maldives et une cité animée.

Gan (Equator Village)

A 1 h 30 en avion de Malé.

Cette grande île de 5 km de long sur 3 km de large possède une végétation remarquable : conifères, arbres fruitiers, buissons de fleurs… L'île voisine de **Viligili** dispose d'une des plus belles **plages** de l'atoll. La plongée sous-marine offre la découverte surprenante d'un monde aquatique inhabituel, avec peu de jardins coralliens mais de nombreuses **épaves** et une **faune pélagique importante.** Une digue permet de visiter l'une des quatre îles avoisinantes, où vivent, de pêche et de cultures potagères, environ 20 000 Maldiviens.

SOUS L'EAU

Plonger dans le Grand Sud c'est sortir des sentiers battus. Il s'agit d'une zone plus sauvage que les autres atolls. Les plongeurs qui ont eu la chance d'immerger leurs palmes aux Maldives il y a une vingtaine d'années, retrouveront dans l'atoll d'Addu, l'ambiance, le plaisir et l'émerveillement qu'ils ont connus lors de leurs premières plongées. Les nouveaux y feront des rencontres exceptionnelles. L'une des principales attractions sous-marines reste l'épave du ***British Royalty***; elle est en tout cas la plus belle et la plus grande de tout l'archipel. Toutes les îles de l'atoll d'Addu forment un cercle à l'intérieur duquel plus de 25 sites de plongée intacts, qui se distinguent surtout par de nombreuses espèces de coraux mous et durs, attendent d'être découverts. Mais outre les nombreux poissons des récifs coralliens, on y croise surtout de grands pélagiques tels que requins gris, requins pointe blanche, raies-aigles, bancs de requins-marteaux et de barracudas.

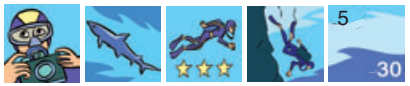
Club de plongée

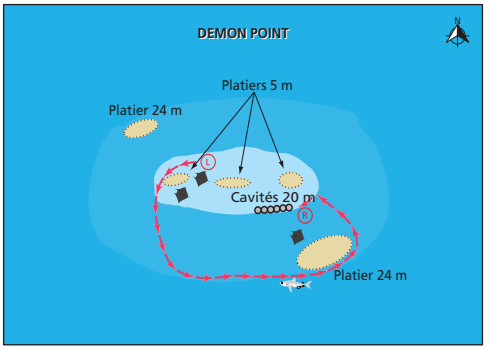
J Resort Han'Dhufushi Dive Center sur J Resort HanDhufushi.

Carnet de plongée

Demon Point (1)

Localisation : B3 situé à l'extérieur de la pointe nord de l'île Kottey, atoll d'Addu.





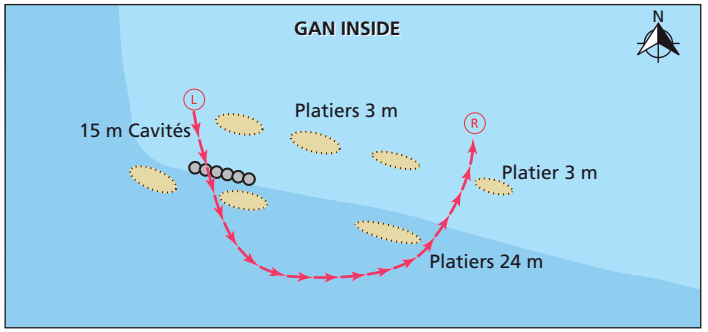
Le récif de Demon Point est un des sites les plus prisés de Seenu car on y trouve parfois beaucoup de raies mantas. Sa situation le soumet souvent à de forts courants et cette plongée s'effectue en dérive. Battu et ventilé par les eaux du large, on y admire une multitude de gorgones et d'alcyons (des coraux mous), du corail-champignon *(fungia fungites)* et par endroits de belles tables d'acropores. Le tombant est relativement vertical mais entre 12 à 15 mètres, des petites plates-formes garnies de coraux accueillent des barracudas et des groupes de gracieuses raies-aigles (aigles de mer) reconnaissables à leur coloration typique : taches ou anneaux blanc sur fond noir et dont l'envergure peut atteindre plus de deux mètres et des dagsits (requins gris de récif). Les plongeurs y rencontrent également murènes et napoléons, l'un des plus grands poissons des récifs coralliens. Les jours où le courant est important on y croise facilement des grands pélagiques venus de la haute mer.

Gan Inside (2)

Localisation : B4 situé à la pointe est de l'île de Gan, atoll d'Addu.

De jour comme de nuit, ce site est un endroit idéal pour les plongeurs débutants. Les plus chevronnés prendront aussi du plaisir tant il y a de choses à voir. Si vous n'avez jamais effectué de plongée nocturne, c'est l'occasion rêvée d'une grande première. Vous partez à la rencontre d'une multitude de poissons dans chaque massif corallien, les uns chassant frénétiquement leurs proies, les autres, endormis comme les poissons-perroquets bien emballés dans leur cocon de mucus transparent pour se protéger des prédateurs.

Situé à l'intérieur de l'atoll et tout proche de la pointe est de l'île de Gan, cette superbe plongée ne connaît jamais de courant. La profondeur varie entre 5 et 15 mètres, mais la bonne moyenne se trouve vers 8 mètres. Le récif supérieur démarre à 3 mètres sur un fond de sable jonché de nombreux blocs de coraux autour desquels virevoltent des bancs de poissons de verre, et s'étale très loin en pente douce. Sur ce sol sablonneux on peut

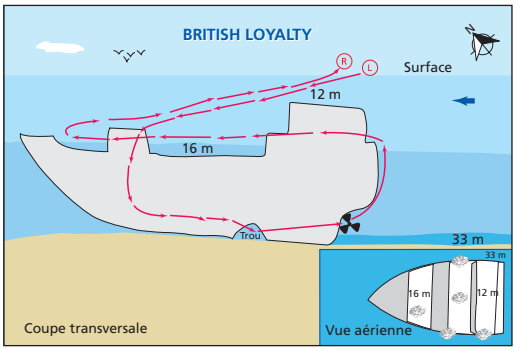


observer de nombreuses raies pastenagues et raies-léopards qui chassent crevettes et mollusques à faible profondeur. Entre les coraux se faufilent langoustes, pterois, napoléons, vieilles de corail et grands mérous. Dans cet immense aquarium aux eaux limpides, le plongeur n'a qu'à se laisser glisser lentement en ouvrant grand les yeux car il va également croiser des tortues et de nombreuses variétés de perroquets aux couleurs chatoyantes. A mi-chemin, un banc d'une quarantaine de platax a élu domicile près d'un grand corail. Ce poisson très paisible à la forme triangulaire et au corps fortement comprimé fait souvent preuve de curiosité et s'approche facilement des plongeurs comme pour se faire caresser. La fin de la plongée se passe à nouveau sur un fond de sable et la remontée se fait dans le canal de Gan où l'on croise parfois des requins de récifs.

British Loyalty (3)

Localisation : B4, situé dans l'atoll d'Addu.

La véritable et la plus intéressante épave des Maldives, avec une histoire et une ancienneté telles que de nombreuses formations l'ont colonisée. Ce pétrolier de 140 m de long fut torpillé à deux reprises par des sous-



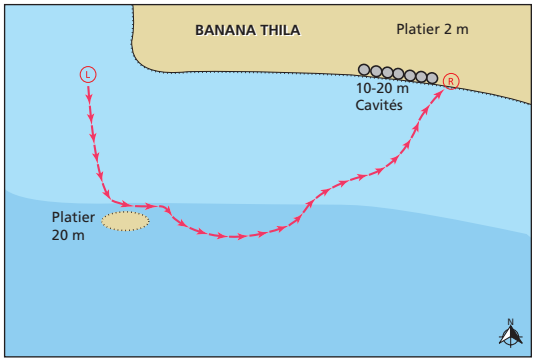
De nombreuses espèces de requins sont présentes au large des récifs maldiviens.

marins japonais pendant la Seconde Guerre mondiale : une première fois à Madagascar en 1942 et, après avoir été réparé, une seconde fois en 1944, dans l'atoll qui devint son tombeau. Il ne fut pas coulé à cette occasion. Ce sont en fait les Anglais qui l'ont sabordé le 5 janvier 1946 avant de se retirer des Maldives. L'épave repose par 33 m de fond, sur tribord. Le côté bâbord remonte à 16 m et la proue est orientée vers le nord. L'hélice est à 28 m et, des quatre pales d'origine, il n'en reste plus que trois, complètement recouvertes d'arbustes de corail noir. **D'une manière générale, cette épave est recouverte de gigantesques concrétions,** mêlant corail dur et corail mou, si bien qu'à certains endroits, on peut croire qu'il s'agit d'un récif. Vers le milieu du bateau, légèrement vers l'arrière, deux trous, l'un sur le pont, l'autre sur la quille, permettent au plongeur de le traverser. **L'épave a fixé une faune nombreuse ;** parmi elle un beau banc de carangues et de nombreuses tortues. En raison de sa taille, deux plongées s'imposent si l'on veut explorer complètement cette épave. Une seule immersion ne donne qu'un aperçu général. Comme le point le moins profond de l'épave est à 12 m, les paliers s'effectuent dans le bleu.

Banana Thila (4)

Localisation : B4 situé au sud-est de l'atoll d'Addu, proche de l'île Villingili

Proche du canal Villingili, ce site bénéficie d'un très léger courant. C'est une plongée agréable pour découvrir une multitude de petites créatures cachées dans les trous et les cavernes : nudibranches, crevettes. Il suffit de progresser lentement et de bien contrôler sa flottabilité pour profiter du spectacle. Dans le secteur sablonneux on rencontre de nombreuses populations d'hétérocongres, le cauchemar des photographes. Ce sont des



anguilles ondulant dans le courant qui vivent en colonies de plusieurs dizaines d'individus se tenant à la verticale dans leur terrier creusé dans le sable et qui s'y retranchent promptement à l'approche d'un plongeur. De nombreux blocs de corail disséminés à tous les niveaux abritent murènes, poissons-globes, perroquets et poissons-anges. Banana Thila est également une excellente plongée de nuit.

Les plaisirs hors plongée

Aux Maldives, en général, on se retrouve au bar après le dîner et on profite de la quiétude de l'endroit pour admirer le ciel étoilé et savourer ces moments de paix et de calme. Toutefois, en plus du tennis de table, du volley-ball sur la plage, du fitness et de l'aérobic, il est possible de pratiquer d'autres sports aquatiques que la plongée sous-marine. En effet, les magnifiques lagons qui bordent la plupart des îles se prêtent admirablement bien au ski nautique, au catamaran, à la planche à voile, au kayak de mer et bien sûr à la baignade ou au *snorkeling*.

Pêche

La pêche traditionnelle

La pêche fait partie d'une **tradition culturelle ancrée depuis la nuit des temps.** Les pêcheurs passent toute la journée en mer. Ils commencent par attraper des alevins dans leurs filets qu'ils transvasent ensuite dans leur embarcation, le *dhoni*.

Ces petits poissons sont maintenus vivants dans la réserve d'eau qui baigne le fond de la coque. Les pêcheurs partent ensuite à la recherche d'un banc de thons en s'aidant des oiseaux pour le détecter.

C'est la curée. L'un des pêcheurs arrose avec de l'eau la surface de la mer pour faire monter les thons, un autre lance une partie des appâts pendant que le reste de l'équipage jette les lignes à l'eau et ramasse les poissons à une allure quasi mécanique.

Les Maldiviens sont un peuple de pêcheurs et il est courant que certaines embarcations quittent leur île pour plusieurs jours afin d'aller pêcher dans un atoll voisin. Les poissons sont ensuite vendus sur le marché de Malé, qui peut constituer une intéressante escale sur le chemin du retour.

La pêche s'effectue encore de manière traditionnelle, à la ligne.

Après le tourisme, la pêche constitue la principale ressource du pays.

La pêche à la palangrotte

La capture des poissons de récif, comme les mérous, a plutôt lieu la nuit à la palangrotte – lumière provenant du bateau destinée à les attirer. Là, le rythme est moins effréné mais le résultat tout aussi efficace.

La pêche-loisir

Aujourd'hui toutes **les îles-hôtels ont repris à leur compte cette activité** pour en faire un produit commercial proposé à la clientèle. Il existe deux sortes de pêches à la disposition des amateurs.

Pour le sport

La pêche sportive ou pêche au gros est en général (pas toujours) pratiquée à partir d'un bateau rapide. C'est ce qu'on appelle dans le jargon du milieu le *big game fishing*. Les pêcheurs partent à la demi-journée et le nombre de places est limité. A l'aide de cannes à moulinets, le but est de prendre des espadons voiliers ou des marlins, des grosses carangues, des dorades corifènes, des tazards… L'objectif est plus de ramener le poisson à la suite d'un combat entre le pêcheur et la bête que de remplir la cale. Dans certains cas – pas toujours au terme du combat, quand le pêcheur hisse sa proie à bord, il la détache de l'hameçon et la libère. Epuisée, celle-ci survivra-t-elle ? C'est tout à fait incertain. Bref, **c'est la performance sportive qui prime.** Il est évident que ce genre de pêche coûte relativement cher. Pour un bateau, les prix aux Maldives vont de 200 à 400 US$ (170 à 350 €), pour un nombre de pêcheurs limité (souvent entre 2 et 4). Toutefois dans certaines îles, cette pêche se fait à partir à partir d'un *dhoni* traditionnel amélioré et non d'un bateau rapide. Le moteur est donc un peu plus puissant, et l'équipement plus adapté pour le rangement des cannes à pêche. **Cette forme de pêche n'a rien de typique ;** elle est pratiquée dans de nombreux pays au monde.

Au fil de la tradition

L'autre activité de pêche qui est proposée sur les îles-hôtels se rapproche du **savoir-faire ancestral maldivien.**
A bord d'un *dhoni* traditionnel, elle relève plus de la balade, permettant d'admirer le crépuscule, que de l'acharnement que peuvent manifester certains à ramener du poisson. En général, le bateau part vers 18 h pour revenir autour de 20 h. Il n'y a pas de places limitées, au contraire : un nombre minimum de passagers est exigé et le coût oscille aux alentours de 15/25 US$ (12/20 €) par personne. Le bateau s'ancre sur un récif, pas trop éloigné du rivage, et chacun jette sa ligne à l'eau dans la bonne humeur et l'esprit romanesque qui sied à un coucher de soleil sous les tropiques. Evidemment chacun sera fier de ramener son poisson aux cuisines afin d'offrir le repas du soir ou du lendemain.

Sports à voile

Toutes les activités nautiques sont en général proposées sur les îles-hôtels. Cela va du **ski nautique** au **catamaran** en passant par **la planche à voile** et **le kayak de mer. De mai à janvier, le vent peut souffler de manière assez forte parfois** et cela favorise ces pratiques. Ces dernières s'effectuent le plus souvent dans **le lagon de l'île,** spécialement par mauvais temps. Même si ça souffle fort, il y a toujours moyen de s'adonner à son activité : le lagon est relativement protégé. Il vaut mieux se renseigner auprès du moniteur sur la force du courant avant de quitter le lagon. En effet, quelle que soit l'activité choisie, on peut très facilement se laisser entraîner par le courant loin à l'extérieur de l'atoll, sans pouvoir revenir, ce qui est très dangereux et nécessite ensuite des moyens importants pour se faire récupérer.

La planche à voile

Les prix pratiqués sur les îles, en ce qui concerne la planche à voile, sont moins élevés que ceux de la plongée : ainsi la location d'une planche pour une heure coûte entre 15 et 20 US$ (12 à 17 €). Il est assez tentant en fin d'après-midi d'emprunter une planche et, bien à l'abri du lagon, de **s'adonner, à cœur joie, aux plaisirs de la glisse.** Pour ceux qui ne maîtrisent pas parfaitement le maniement de cet engin instable, il est possible de prendre des cours. A titre indicatif, une heure de leçon privée coûte aux alentours de 40 US$ (33 €), trois heures de remise à niveau 85 US$ (70 €) et huit heures de formation, 185 US$ (155 €). Il ne faut pas oublier que **lorsque l'on pratique la plongée** de manière assidue, comme ça peut être le cas lors d'un séjour aux Maldives, **il est déconseillé** (afin d'éviter tout problème de décompression) **de pratiquer des sports trop violents après.** Il faut toujours laisser un laps de temps suffisant, quelques heures en moyenne, entre une plongée et un effort physique. Ainsi l'heure de planche à voile en fin d'après-midi ne doit pas s'effectuer juste après une plongée.

Tableau de la vitesse moyenne du vent en nœuds

janv.	févr.	mars	avril	mai	juin	juill.	août	sept.	oct.	nov.	déc.
10	8,6	6,4	7	9,5	8,6	8	8	9,5	9,5	8,2	8,6

Après la plongée, la planche à voile est un sport apprécié.

Croisière en catamaran

Il existe encore une autre activité voile aux Maldives qui est la croisière en catamaran. La location d'un catamaran coûte entre 30 et 35 US$ (25 à 30 €) pour une heure. Comparées aux croisières en bateau à moteur, celles-ci ne sont pas très répandues mais il arrive de croiser au large des voiliers. En effet une croisière est une excellente façon de découvrir cet archipel aux innombrables îles de manière plus complète. Le skipper, maître à bord, choisit l'itinéraire en fonction des conditions climatiques et des goûts de chacun. C'est lui qui décidera d'aborder des îlots sauvages, d'aller à la découverte d'îles de pêcheurs ou de faire escale dans une île-hôtel pour s'attarder au bar ou au restaurant. Avec, en 1998, l'ouverture au tourisme des derniers atolls – notamment du nord et du sud –, **il est possible maintenant de se rendre partout** et de découvrir des îles véritablement authentiques.
Ces croisières s'adressent également à des passagers ne pratiquant pas la plongée sous-marine, même s'il est bien sûr possible d'associer les deux. Les journées s'écoulent paisiblement, de lagon en lagon, entre ciel et mer.
Le mouillage nocturne est toujours prévu à l'abri d'un récif ou dans le lagon d'une île. On peut alors admirer le ciel étoilé, en s'allongeant le soir sur le pont. C'est une manière de retrouver le contact avec la nature, de vivre une aventure qui permettra peut-être de suivre de la surface des raies manta, de croiser le sillage d'un requin-baleine, d'observer un monde féerique dans les eaux inviolées des atolls les plus lointains.

Le surf

Il connaît un succès certain depuis une ou deux décennies. Il est devenu courant maintenant de voir débarquer à l'aéroport de Hulule des touristes transportant non pas le reconnaissable sac de plongée, mais la housse qui emballe la planche de surf. De même que pour la plongée, l'archipel des Maldives est devenu l'une des destinations les plus courues dans le monde pour le surf, au même titre que l'Australie, Hawaï ou encore la côte californienne. **Les atolls de prédilection pour cette activité restent les atolls de Malé Nord et Malé Sud côté est.**

Tuba

Si l'on n'est pas un adepte de la plongée bouteille ou si, pour une raison médicale ou autre, on ne peut pas en faire, il reste **le snorkeling.** Appelé aussi PMT – Palmes, Masque, Tuba –, il procure autant de plaisir Que la plongée par 30 m de fond, si ce n'est plus quelquefois.

Matériel

Comme la location de **palmes,** d'un **masque** et d'un **tuba** peut revenir assez cher (entre 5 et 10 US$ par jour, soit 3 et 5 €), il est recommandé de les emporter avec soi dans ses bagages. Au même titre que les lunettes ou la crème solaire, ce sont des articles devenus quasiment indispensables à tout voyage aux Maldives.
En outre, le matériel loué n'est pas forcément d'excellente qualité ou de toute première jeunesse, les palmes auront tendance peut-être à blesser les pieds, le masque ne sera pas adapté à tous les visages et prendra l'eau… Avant d'utiliser un masque neuf, comme en plongée il faut le frotter au dentifrice, ou mieux au liquide vaisselle ou à la lessive, et le rincer, afin d'éviter la buée.
Pour accéder au récif, il peut être également judicieux d'emmener avec soi des **chaussons de plongée** ou des sandales en plastique pour ne pas se couper sur les coraux. Il est également conseillé, du moins au début du séjour, de pratiquer le *snorkeling* avec un T-shirt sur le dos.
Après quelques heures absorbé dans la contemplation les fonds, il n'est pas rare de voir le touriste fraîchement arrivé sévèrement brûlé sur le dos.

Les fonds marins

La plupart des îles possèdent un récif corallien **accessible en partant du bord de l'île.** Là, dans quelques mètres d'eau, il est possible d'admirer toute une faune tropicale : poissons-perroquets qui mordent le corail, poissons-anges et poissons-papillons affairés eux aussi à brouter, poissons-clowns au-dessus de leur anémone, etc.

Recommandations

Même en *snorkeling* il convient de prendre certaines **précautions.**
Ainsi, il faut faire attention à **ne pas se frotter au corail,** et ce d'autant si l'on est torse nu. En effet, une blessure due au corail s'infecte presque toujours et devient très vite purulente. Il n'est pas rare que les complications soient sérieuses. Ce qui est valable pour le corail l'est également pour certains poissons, passés maître dans l'art du camouflage et potentiellement dangereux si on les touche, car dotés d'épines chargées de venin sur leurs nageoires. C'est le cas du poisson-pierre – sa piqûre peut même être mortelle – ou du poisson-scorpion que l'on peut trouver dans quelques mètres, voire dans quelques centimètres d'eau seulement. D'autre part, **il faut éviter de marcher sur le corail** pour ne pas l'endommager.
Enfin, il convient auparavant de **se renseigner sur le sens et la force** du courant si l'on doit se retrouver à l'extérieur du récif, afin de ne pas se laisser embarquer. Même avec des palmes, il est pratiquement impos-

Avec la plongée bouteille, le snorkeling est l'activité la plus répandue.

sible de remonter le courant quand il est bien établi.

Où plonger ?

Toutes les îles organisent des sorties *snorkeling* **le plus souvent gratuites.** Un bateau emmène les adeptes sur un récif à l'extérieur du lagon pour une heure ou deux. Il n'est pas rare que ce soit les bateaux de *snorkeling* qui repèrent certains animaux comme les requins-baleines et les raies manta. C'est notamment le cas au sud de l'atoll d'Ari où les requins-baleines ont plus souvent été observés par les *snorkeleurs* que par les plongeurs. Cet animal passe en effet beaucoup de son temps à nager à la surface, de même que les raies manta qui, lorsqu'elles mangent, affleurent la surface.

Enfin, surtout en fin de journée, **il ne faut pas négliger le snorkeling sur la plage de l'île,** même s'il n'y a que du sable. Quelques mètres d'eau peuvent réserver bien des surprises. Il n'est pas rare de voir des requins pointe noire juvéniles, totalement inoffensifs, dans à peine 50 cm d'eau, de même que des groupes de raies-aigles ou tout autre animal pourtant censé être pélagique.

Aux Maldives, nul besoin d'être un champion de plongée pour prendre du plaisir la tête dans l'eau…

Cahier spa

Vivre un spa aux Maldives 126
Spa : mode d'emploi 131
Les soins et les massages 133

Cahier spa

Vivre un spa aux Maldives

J'ai fait un rêve. Celui de quitter l'Occident pour me ressourcer et goûter aux bienfaits des soins authentiques d'un ailleurs. Celui de me relaxer en profondeur par la magie d'un massage traditionnel maldivien ou indien. Ou encore de laisser mes sens s'éveiller au cours de rituels et de bains parfumés… et mon rêve s'est transformé en réalité. Voici les promesses des spas dédiés à la beauté et au bien-être aux Maldives.

LE CORPS ET L'ESPRIT

Un espace de détente mérite un cadre idyllique, propice à l'abandon et au lâcher prise. Les spas proposent un environnement digne des plus belles cartes postales des Maldives.
Le terme Spa désigne des établissements où l'on tente d'établir une harmonie entre le corps, l'esprit et l'âme. En plus de cures de remise en forme et de programmes de nutrition, de soins du corps et du visage, ces établissements proposent des soins de régénération.
Dans la région Asie-Pacifique essentiellement, un spa est un établissement proposant des services dans le domaine du bien-être.

Histoire et définition du spa

Le spa est un lieu de détente où l'on crée une harmonie entre le corps, l'esprit et l'âme, grâce à la combinaison de soins à base d'huiles essentielles, d'herbes, d'épices et de massages.

Cette pratique est très ancienne. Les spas existent depuis l'Antiquité. Cette tradition est ancrée dans les cultures grecques et romaines, mais aussi celtes et égyptiennes. Se baigner dans les sources thermales ou fréquenter des étuves était à la fois une question d'hygiène et de santé.

Qu'est-ce qu'un spa aujourd'hui ?

Le spa est revenu sur le devant de la scène au milieu du XXe siècle aux Etats-Unis mais il était à cette époque l'apanage des gens riches. Depuis quelques années, la pratique du spa s'est démocratisée et les établissements ne cessent d'évoluer. Le spa a trouvé sa place comme modèle d'une vie saine, c'est un lieu où on se chouchoute, où on s'occupe de sa beauté et de son bien-être ; c'est devenu le temple de la remise en forme en douceur et d'une certaine spiritualité. Cet espace de bien-être est d'ailleurs conçu comme un cocon propice à la sérénité, au ressourcement et à la relaxation. La gamme des spas aux Maldives va du plus simple au plus luxueux.

L'eau est synonyme de bien-être

Au spa, les bains sont destinés au plaisir. Des bains chauds aux huiles essentielles, aux fleurs ou encore au thé sont un préambule idéal à tous les soins du corps, pour favoriser une détente physique et psychique. L'eau chaude, ingrédient incontournable de la détente au spa, est sédative. Cet élément dans lequel on s'immerge apporte une sensation de légèreté et de fluidité. La densité du corps est d'ailleurs divisée par quatre dans l'eau.
Si l'eau agit physiquement, elle a aussi un pouvoir immense sur le psychisme. Pour peu que l'eau soit chaude et l'environnement parfaitement calme, certaines personnes confessent vivre un véritable retour à l'état fœtal.
Les soins à base d'eau peuvent également prendre d'autres formes dans les spas. Les douches à affusion, où une pluie tiède et douce est diffusée le long de la colonne vertébrale, procurent une sensation de profonde relaxation liée aux multiples impacts des gouttelettes sur la peau. L'eau est présente partout, en bassin, cascade, et autour des tables ou lits de soins.

Une démarche holistique

Du simple gommage corporel aux gestes hérités de la médecine védique indienne (l'ayurveda), la palette des soins proposés dans les spas est un florilège de tous les rituels de beauté et de bien-être de la culture asiatique. Une culture qui considère l'être humain comme un tout, corps, âme et esprit ne faisant qu'un. Le but de cette approche holistique est d'améliorer la santé émotionnelle, physique et mentale, sans acte médical ni activité sportive, uniquement par la relaxation et l'évasion.
Ainsi les spas sont conçus comme des nids de douceur où l'on soigne l'accueil, la décoration, le parfum ambiant, l'environnement sonore (musique d'ambiance apaisante) autant que la carte des soins proposés. Rien n'est laissé au hasard pour permettre à chacun de lâcher prise avec ses soucis, ses pensées ou ses douleurs.

Le spa agit sur les cinq sens

L'univers du spa propose une redécouverte totale des cinq sens. L'odorat, le toucher, l'ouïe, la vue et le goût sont en éveil permanent afin de permettre à chacun de ressentir des sensations nouvelles ou oubliées, primitives mais essentielles.

La vue

Le premier sens en éveil lorsque l'on franchit le seuil d'un spa est sans aucun doute la vue. La décoration du lieu est en effet un élément fondamental. Chaque détail a son importance. L'architecture, les couleurs, les matières, l'espace sont étudiés de manière à créer une véritable mise en scène. L'harmonie de la décoration doit sublimer l'esprit de pureté. Les matières affichent des formes douces et sensuelles.
Les lumières tamisées des espaces de soins et les sources de lumière indirecte des parties communes du spa créent un univers confortable propice à la détente.
Le décor et l'environnement font écho au sentiment de quiétude et d'abandon que procurent ces endroits hors du temps.

L'ouïe

Chaque spa crée son ambiance sonore comme une signature. Cette dernière constitue un écran avec le monde extérieur, un sas sensoriel qui accueille la clientèle. De la musique zen est diffusée dans les cabines et dans les espaces de relaxation. Parfois le silence est choisi.
Dans les spas, tous les sons sont amortis, le personnel parle doucement, les sonneries de téléphone et les bruits du quotidien sont absents. Le son est là encore un élément thérapeutique, reposant, permettant de sombrer dans un état de profonde détente cognitive.

L'odorat

Les senteurs au sein d'un spa ne sont pas laissées au hasard, bien au contraire, elles sont très importantes. Selon nos expériences, notre vécu, elles vont rappeler à chacun des choses différentes et vont alors agir sur le mental. Cette « science », appelée aromathérapie, est très pratiquée au sein des spas : des huiles essentielles sont mélangées et viennent parfumer l'atmosphère, les massages, en apportant leurs vertus apaisantes ou au contraire toniques par des notes fraîches ou épicées selon l'effet recherché. Les fragrances flattent l'odorat, procurent un plaisir immédiat et une sensation de bien-être.

Le toucher

Dans un spa, le toucher se manifeste par la pratique des massages. La peau, du visage aux extrémités des pieds, est massée, malaxée, pétrie par des mains expertes pour délier les nœuds, effacer les tensions, assouplir et hydrater l'épiderme. C'est le sens le moins exploité dans nos sociétés où toucher est tabou. De ce fait, un simple effleurement de la peau provoque systématiquement un grand effet physique mais aussi moral. L'éveil du ressenti par le toucher est assurément le plus fort et lorsque l'idée de se laisser masser est acquise, le massage procure une profonde relaxation.

Le goût

De nombreux soins attisent désormais le plaisir des papilles. Ils se font gourmands, à base de pulpe de fruits ou d'huiles essentielles d'agrumes, mais aussi d'herbes sèches. Tisanes et eaux florales sont également offertes en prélude et/ou au terme des soins.
Le plaisir des sens est au cœur des préoccupations des spas. Il permet au corps et à l'esprit de lâcher prise avec la réalité, de se libérer de leurs tabous. La rupture avec le monde extérieur, le stress et l'agitation, est possible grâce à la subtile alchimie des matériaux, des couleurs, des senteurs et des goûts. Plus qu'un univers de luxe, le spa est un sanctuaire de pureté et de quiétude, un royaume du bien-être pour nos sens.
Chaque spa des Maldives est une invitation à rejoindre cette carte postale de rêve. Sur ce chapelet d'îlots, où le seul trafic intense reste celui des poissons glissant dans l'eau transparente des lagons, les vacances n'ont jamais aussi bien rimé avec dépaysement et sérénité.

LES MALDIVES

Développement des spas aux Maldives

Le cadre idyllique des Maldives se prête parfaitement au concept des spas. Chaque îlot, comme une oasis de sable éclatant caressé par une douce et chaude brise océanique, est un paradis de douceur. L'hôtellerie qui s'est implantée dans les années 1970 à 1980 a trouvé ici un cadre unique. A quelques exceptions près, les minuscules îles au milieu de sublimes lagons ne peuvent accueillir qu'un

seul hôtel. Cette « exclusivité » du lieu a fait naître des hébergements haut de gamme, raffinés, qui sont sublimés par des espaces de détente – les spas. La recherche du luxe, de l'harmonie, de la perfection, d'un rêve de bout du monde est un souhait totalement exhaussé aux Maldives. C'est le paradis ! Les bâtiments en bois, les toits de palme s'intègrent parfaitement à la nature et donnent l'illusion de jouer aux Robinson… de luxe. Il existe habituellement deux types d'hébergement : les villas sur la plage, « les pieds dans l'eau », ou les villas sur pilotis. Même si l'océan Indien est de tous les panoramas, le *must* est toutefois la villa sur pilotis, coupée encore un peu plus du monde, avec son service hôtelier privatisé et bien sûr la possibilité de recevoir la plupart des soins du spa dans sa villa. Les Maldives étant une destination prisée par les couples, il est désormais très courant de trouver des « spas suite ». Véritables spas privatisés, ils sont dotés d'un espace de soin à deux tables de massages côte à côte, s'ouvrant généralement sur le lagon ou sur un jardin privatif avec douche, sauna et espace de relaxation. Cette expérience d'un moment de détente vécu à deux est le comble de l'extase.

Spas en vogue

Les spas ont toute latitude pour s'exprimer dans la folie des grandeurs, tant le cadre des îles Maldives est unique. Ces îles comptent parmi leurs dernières nouveautés les spas sous et sur l'eau, avec plancher de verre pour une vue de la faune sous-marine qui passe, élégante, calme et silencieuse. Tout aussi apaisante : la vue sur le lagon bleu de l'océan Indien.

Spa : mode d'emploi

QUE DOIT-ON EMPORTER AU SPA ?

L'essentiel à emporter avec vous pour aller au spa est un maillot de bain. Privilégiez le maillot deux pièces car certains soins nécessiteront de n'avoir que le haut dénudé.
Ne cherchez pas à exhiber votre dernier bikini ultra chic ; les huiles et les herbes peuvent malmener les couleurs et les élastiques. Sur certaines îles, des « slips » à usage unique peuvent vous être offerts pour les soins, massages et bains. Les masseurs respectent l'intimité du corps en couvrant systématiquement d'un drap de bain les parties qui ne font pas l'objet de massages. Le peignoir ou le paréo, les mules et les serviettes vous sont prêtés et échangés à la demande, mais rien ne vous empêche d'emporter vos propres sandales, le reste serait inutile et encombrant.
Pensez à emporter une pince à cheveux ou des élastiques afin d'attacher vos cheveux pour les massages et les bains.
Enfin, n'emportez pas vos bijoux, montres et objets de valeur : les huiles et les bains n'auront pas les meilleurs effets sur eux et surtout ils peuvent entraver le bon déroulement d'un massage.

CONSEILS ET RECOMMANDATIONS

Demander conseil

Faites-vous expliquer la palette des soins proposés afin de choisir celui qui conviendra le mieux à votre état.

Réserver vos soins

Prévoyez de réserver à l'avance vos soins. Le matin et la fin de journée sont toujours pris d'assaut et certains soins sont très demandés comme les massages ayurvédiques ou les massages en couple.

Avant le soin

Avant un soin, ne vous exposez pas au soleil. La peau est fragilisée, déshydratée et les coups de soleil peuvent être douloureux. Il est par contre conseillé de se doucher ou de se tremper dans un bain chaud pour préparer

la peau à la détente ou encore de passer dix minutes au hammam. Ce petit rituel permet à la peau d'ouvrir ses pores et de s'assouplir afin d'absorber tous les bienfaits des produits naturels qui seront appliqués.

Rasage

Si vous devez vous raser, faites-le au moins deux heures avant votre soin, en particulier en cas de soin du visage pour un homme (soin pour lequel il sera préférable d'être rasé) ou de tout type de soin corporel pour une femme.

S'hydrater en buvant

Buvez beaucoup d'eau ou du thé avant et après un soin pour drainer les toxines dans le corps et les éliminer. C'est aussi un bon moyen de chasser la fatigue. Evitez à tout prix le café, l'alcool et un repas copieux avant le soin, vous risqueriez d'être indisposé.

Allergie

Certains soins, notamment des bains et des massages, sont pratiqués à base d'huiles essentielles. Ces concentrés d'actifs végétaux peuvent provoquer, dans des cas très rares, des allergies. Il est donc préférable de vérifier sur une petite surface de votre peau, dans le pli du coude par exemple, qu'aucune réaction ne se produit. Notez aussi que l'usage des huiles essentielles est totalement proscrit aux femmes enceintes et qu'une exposition au soleil après un soin à base d'huile essentielle est vivement proscrite.

Autres contre-indications

Les maladies de peau peuvent être une contre-indication aux massages et aux bains, renseignez-vous soit auprès de votre médecin soit auprès des thérapeutes du spa. D'autres problèmes de santé peuvent faire l'objet de contre-indication ou d'extrême prudence sous contrôle médical : les opérations en général ; certains problèmes de dos ; les cancers, même traités depuis plusieurs années ; mais aussi des cicatrices trop récentes… Alors pour ne prendre aucun risque, demandez l'avis d'un médecin.

Femme enceinte

Il est conseillé de vérifier avec votre médecin traitant, avant le départ, si vous pouvez bénéficier de soins dispensés dans les spas. Généralement les massages doux, les enveloppements et les gommages sont autorisés seulement dans le second trimestre de la grossesse, du quatrième au sixième mois, à la seule condition qu'il n'existe aucune autre contre-indication.

Quelle attitude adopter ?

Se rendre au spa doit se faire dans le plus grand calme. N'arrivez pas en courant, stressé et en retard. Prenez de l'avance. Si vous êtes fumeur, cessez de fumer au moins une heure avant le soin et respirez, étirez-vous éventuellement pour vous mettre en situation de recevoir, au calme, zen et serein. Ainsi vous profiterez pleinement du soin.

Les soins et les massages

De quels soins avez-vous besoin ou simplement envie ? Soins du corps, massages, shiatsu, soin tonique ou sédatif… voici ce que vous devez savoir pour sélectionner le ou les soins adaptés à votre état physique ou psychologique. La plupart des soins sont des rituels de beauté, souvent précédés d'un accueil avec une boisson fraîche ou une infusion. Les produits naturels (huiles essentielles, épices, plantes aromatiques, fruits), sublimés par le savoir-faire ancestral des masseurs, invitent à un voyage intérieur.

QUELQUES EXEMPLES DE SOINS

Soins aux pierres

Massage aux pierres chaudes

Comment : cette pratique traditionnelle consiste à masser le corps avec des pierres de lave (en basalte) polies et chauffées dans un bain d'eau chaude. Une variante consiste à alterner le massage aux pierres chaudes et aux pierres froides en plaçant ces dernières à des endroits stratégiques du corps, sur les points d'acupuncture.

Ce soin peut durer de 20 minutes à une heure et demie en fonction des spas et de la méthode employée (pierres chaudes uniquement ou en alternance avec des pierres froides).

Pour qui : ce soin s'adresse aux personnes stressées, fatiguées et/ou en manque d'énergie.

Pourquoi : la chaleur des pierres élimine les tensions, favorise le flux lymphatique et stimule la circulation et le métabolisme. L'alternance du chaud et du froid permet de détendre et de tonifier le corps.

Soins aux produits marins

Manucure

Comment : soin des ongles et hydratation des cuticules, suivis d'un gommage au sel de mer et d'un massage des mains et des bras avec une crème hydratante. Ce soin dure environ 50 minutes. Le vernis à ongles est appliqué sur demande.

Pour qui : pour les hommes et les femmes soucieux de la beauté et de la jeunesse de leurs mains.

Pourquoi : le gommage et l'hydratation redonnent jeunesse et fermeté aux mains et aux avant-bras.

Pédicure

Comment : prendre soin de ses pieds n'est pas qu'une question d'esthétisme, c'est avant tout un besoin de confort. Ce soin démarre par un gommage au sel de mer suivi d'un massage des pieds et de la partie inférieure de la jambe. Le soin dure en moyenne 50 minutes, sans pose de vernis.

Pour qui : pour les personnes fatiguées après un long voyage en avion, une marche ou encore une activité sportive.

Pourquoi : le gommage régénère la peau souvent calleuse des pieds tandis que le massage délasse, nourrit et assouplit l'épiderme, mais aussi soulage les jambes lourdes en activant la circulation du sang.

Gommage au sel

Comment : ce long massage d'une heure est un gommage de l'ensemble du corps au sel de mer mélangé aux huiles essentielles de verveine et de citron.

Pour qui : ce soin est idéal pour relier le corps et l'esprit, effacer les méfaits du décalage horaire et d'un long voyage.

Pourquoi : le sel de mer apporte à l'organisme ses minéraux, tandis que l'huile essentielle de verveine citron désintoxique et équilibre. La combinaison de leurs vertus et le massage améliorent la circulation du sang et soulagent les tensions musculaires. Ce soin laisse la peau saine et rayonnante.

Soin au sel et au thé vert

Comment : ce soin d'une heure du corps et du visage est un gommage doux au sel de la mer Morte mélangé à des feuilles de thé vert. Le massage se termine par l'application d'une crème hydratante légèrement parfumée.

Pour qui : pour toutes les peaux, y compris les plus fragiles.

Pourquoi : ce massage gommant nettoie la peau en profondeur et en douceur. Le mélange de sel et de thé vert est riche en antioxydants et en vitamines C et E, nourrissant la peau et lui permettant de lutter contre le vieillissement.

Soins spirituels

Méditation

Comment : la méditation est un art et une façon de vivre. En participant à une séance de méditation d'environ 30 minutes en cours individuel, en couple ou en cours collectif, vous apprendrez à faire le vide dans votre esprit, à le libérer des pensées stressantes et nuisibles, et à apaiser votre âme grâce à la respiration.

Pour qui : pour toutes les personnes stressées, surmenées, fatiguées et pour les sportifs et plongeurs.

Pourquoi : la méditation permet de réduire l'anxiété et le stress, mais aussi de prévenir les troubles cardiovasculaires, d'améliorer les fonctions cognitives et même de cesser de fumer.

Tai Chi Chuan

Comment : cette discipline chinoise est un savant mélange de gestes lents et souples à réaliser en les enchaînant. Elle évoque à la fois une danse et un combat au ralenti. La respiration, lente et profonde, est au centre de cet exercice. Les séances durent environ 30 minutes.

Pour qui : pour tous, jeunes et moins jeunes.

Pourquoi : cette technique permet de prendre conscience de chaque partie de son corps. Les enchaînements de mouvements vont développer à la fois la souplesse, la coordination et de manière générale le dynamisme.

De plus, les techniques respiratoires et les mouvements souples permettent une relaxation profonde.

Yoga

Comment : le yoga est une discipline hindoue visant, par des exercices corporels et respiratoires, à réaliser l'unification de l'être humain dans ses aspects physiques, psychique et spirituel pour harmoniser le corps et l'esprit. Une séance dure en moyenne 50 minutes.

Pour qui : accessible à tous, et particulièrement bénéfique aux femmes enceintes et personnes stressées.

Pourquoi : les exercices respiratoires contribuent au traitement de l'asthme, améliorent la santé cardiovasculaire, luttent contre le stress et l'anxiété. Cette technique vient également en complément des traitements de la dépression et des troubles musculaires.

Massages

Massage en duo

Comment : Un soin romantique à deux, en amoureux. La cabine de soin est suffisamment spacieuse pour permettre aux deux personnes de recevoir le massage en même temps, côte à côte, et d'être ainsi complices dans la détente. Idéal en soirée, pour clore la journée. Certains spas offrent le champagne lorsqu'il s'agit de jeunes mariés.

Pour qui : ce massage d'une heure ou plus est le soin favori des couples. Idéal pour les jeunes mariés en lune de miel.

Pourquoi : le massage en duo est exclusivement relaxant. Les huiles essentielles procurent un plaisir olfactif pour une détente absolue.

Massage pour éliminer les toxines

Comment : Ce massage modelant aide à l'élimination des toxines accumulées, prisonnières des tissus cutanés et musculaires. Le thérapeute effectue un massage appuyé, en profondeur, véritable drainage lymphatique servant à « déloger » les toxines qui seront naturellement évacuées par l'organisme. Habituellement ce soin dure une heure.

Pour qui : tout le monde, à l'exception des enfants, a besoin de ce soin d'élimination, notamment lors des changements de saison (de l'hiver au printemps et de l'été à l'automne). Ce modelage est un *must* pour les personnes souffrant de jambes lourdes ou de raideurs. Il sera très apprécié après le voyage en avion.

Pourquoi : ce massage utilise des huiles essentielles et végétales (type huile de coco ou huile de sésame) pour hydrater la peau mais aussi faire pénétrer les actifs des huiles essentielles qui aident le corps à activer la microcirculation sanguine chargée de l'élimination. Il est conseillé de beaucoup boire après ce soin pour favoriser le « nettoyage ».

Massage anti-stress énergisant

Comment : en position allongée sur le ventre, le thérapeute exerce un massage manuel profond du dos et du crâne, offrant une détente complète. Ce massage dure de 30 minutes à une heure selon les spas.

Pour qui : pour les personnes fatiguées, manquant d'entrain et d'énergie, mais aussi pour les personnes stressées, ayant des tensions dans le haut du dos, les trapèzes, la nuque, se traduisant par des douleurs dorsales.

Pourquoi : ce massage se concentre sur la partie supérieure du corps – dos, nuque et tête, des secteurs clefs pour délivrer la personne de ses tensions et contractures musculaires.

Massage holistique

Comment : ce massage à l'huile couvre tout le corps. Il comprend des techniques très variées d'étirements, de balancements, d'accompagnement de la respiration et de mouvements de massage divers, légers ou profonds, lents ou rapides… Des stimulations variées qui conduisent à un véritable éveil sensoriel. Le soin peut durer d'une heure à une heure et demie et se termine habituellement par un massage facial et du crâne.

Pour qui : ce soin s'adresse à tous. Il offre une détente profonde et une belle sérénité pour aborder une journée ou une nuit avec calme. Les effets varient sensiblement en fonction de l'attitude intérieure de celui qui reçoit ce massage car il participe pleinement au processus. La personne y trouvera relaxation, plaisir, tonus, libération émotionnelle, une meilleure connaissance de soi, une évolution relationnelle ou encore une ouverture spirituelle.

Pourquoi : ce soin de la tête aux pieds ne s'attache pas à dénouer les tensions dans une partie du corps mais à délasser l'ensemble et à éveiller les sens par le toucher. Les mouvements globaux et enveloppants ont pour caractéristique d'unifier le corps, l'âme et l'esprit.

Massage anti jet-lag

Comment : ce soin démarre par un gommage complet du corps, suivi d'une hydratation et d'un massage de la tête aux pieds. Il dure en moyenne 80 minutes.

Pour qui : s'adresse aux personnes souffrant des désagréments d'un long voyage en avion. Il est idéal pour effacer les douleurs lombaires, la fatigue, le malaise du décalage horaire et la sensation de jambes lourdes.

Pourquoi : ce soin rééquilibrant stimule la circulation sanguine, réduit le gonflement des membres inférieurs et atténue les tensions musculaires.

Réflexologie plantaire

Comment : cet art traditionnel chinois est un massage de la plante des pieds, zone sur laquelle est représentée l'intégralité des organes du corps humain. Ce massage appuyé stimule les zones réflexes correspondant aux organes visés, et déclenche une libération des énergies stagnantes pour rétablir l'équilibre du corps.

Pour qui : la réflexologie s'adresse à tous ceux qui ressentent des dysfonctionnements dans leur corps : douleurs lombaires, constipation, maux de tête, stress, fatigue, problèmes de circulation sanguine… Ce soin devient idéal après un voyage en avion où le fonctionnement des organes s'est trouvé ralenti ou modifié par une position assise prolongée.

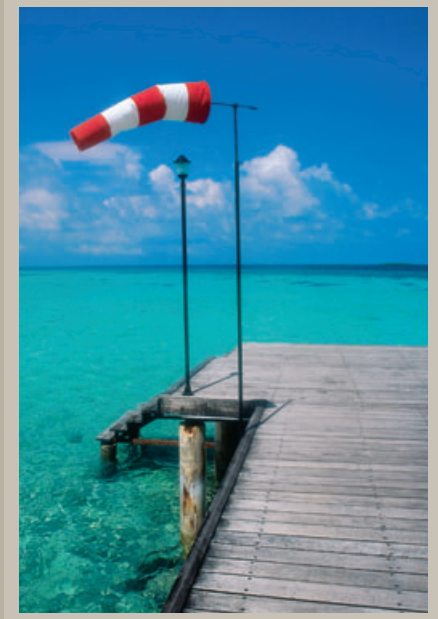
Pourquoi : la réflexologie repose sur le postulat selon lequel chaque organe, glande, partie du corps ou fonction physiologique correspond à une zone ou un point sur les mains, les pieds ou les oreilles. Un toucher spécifique appliqué sur ces zones permet ainsi de localiser les tensions et de les dénouer, en libérant les facultés d'auto-guérison de l'organisme.

Soin confort des pieds

Comment : ce massage des pieds débute par un bain chaud aux plantes, suivi d'un gommage au sel de mer. Les pieds sont ensuite massés avec une huile de menthe poivrée, menthe verte et lavande très rafraîchissante pour adoucir et hydrater la peau.

Pour qui : idéal après un long voyage ou une séance de sport.

Pourquoi : le massage des pieds stimule la circulation du sang dans les jambes. Les huiles essentielles de menthes et de lavande apportent une sensation de fraîcheur très relaxante sur des pieds échauffés ou gonflés par une stagnation du sang dans les membres inférieurs.



En savoir plus

Lexique 140 ▪ **Bibliographie** 141
Carte 142 ▪ **Index** 144

Lexique

Bonjour : *asalam aleykum.*
Merci : *choukouriya.*
Au revoir : *vakivani.*
Non : *nouné.*
Oui : *ahn, haïké.*
Manger : *kani.*
Boire : *bouiné.*
Village : *rah.*
Dame ou demoiselle : *anhéna.*
Homme : *radgé.*
Petit : *kouda.*
Gros : *bodou.*
Beaucoup : *baavaru.*
Bon : *mirou.*
Beau : *riti.*
Bien : *rangalou* ou *barabarou.*
Très : *vara.*
Vite : *avas.*
Maison : *geh.*
Toilettes : *fahanna.*
Venir : *aadhé.*
Partir : *dani.*
Apporter : *gehné.*
Doucement : *madou madou.*
Un de plus : *adhi itoura.*

Quelques phrases utiles

Quelle heure est-il ? : *gadin kihaa ireh ?*
Comment allez-vous ? : *kihiné ta ?*
Qu'est-ce que c'est ? : *mi ekané ké ?*
Quand partez-vous ? : *kalé dani kon irakun ?*
Où est-ce ? : *e kobaa ?*
Où allez-vous ? : *kalé dani kobaa ?*
Soyez rapide : *avas kurathi.*
Allez-y : *kuriah dhé.*
Allez-y lentement : *madou dhé.*
Combien cela vaut-il ? : *kéthaa varé ?*
Que se passe-t-il ? : *kihiné veh ?*
A quelle heure partons-nous ? : *aharamen dani kon irakun ?*
Combien de temps cela va-t-il prendre ? : *kéthaa ireh nagaani ?*
Comment ce récif s'appelle-t-il ? : *mi faru kiyani kon namé ?*
Dans quel sens est le courant ? : *oï othi kon a tha kaa ?*

Compter

Un : *èké.*
Deux : *dhé.*
Trois : *tinné.*
Quatre : *hataré.*
Cinq : *fahé.*

Glossaire des sites de plongée

Thila : sec, pinacle sous-marin.
Kandu : passe.
Finolhu : banc de sable.
Maa kandu : océan, bleu.
Giri : récif ne dépassant pas la surface et restant immergé, même à marée basse.
Faru : récif assez grand, quasiment à la surface, qui peut émerger à marée basse.
Falhu : lagon entouré par un récif.

Bibliographie

Maldives, H. Voigtmann, M. Thonig et H. Ritter (Glénat, 1987). Livre d'images sous-marines et aussi terrestres. Il est déjà ancien mais les photographies sont toujours très belles.

Maldives, Kurt Amsler (Gründ, 1994). Egalement un livre d'images, mais avec plus de texte que le précédent. Thèmes évoqués : l'origine de l'archipel, la formation d'une île, l'épave du *Victory* et les rencontres sous-marines. Cet ouvrage s'accompagne également d'un guide avec la description de quelques plongées.

Indian Ocean Reef Guide, Helmut Debelius (Ikan, 2001). Livre d'identification des espèces de poissons et d'invertébrés (en anglais)

La mer Rouge et l'océan Indien, Steven Weinberg (Nathan, 1996). Livre d'identification des espèces de poissons et d'invertébrés (corail, éponges, crustacés, etc.)

Le Mystère des Maldives, Thor Heyerdahl (Albin Michel, 1998). L'auteur relate son voyage aux Maldives et développe sa théorie sur la formation de l'archipel.

La Magie du bleu, Pascal Kobeh (Hermé, 2000). Livres de photographies, dont beaucoup prises aux Maldives, accompagnées d'une description et d'explications sur les comportements sous-marins.

Dive Maldives, Tim Godfrey (Atoll, 1996). Présentation de quelques atolls et des nombreuses plongées à effectuer (en anglais).

Le Monde des océans, J.-Y. Cousteau (Robert Laffont, 1979). La « bible » du monde marin et sous-marin, agrémenté d'images. Cet ouvrage date un peu mais on en apprend beaucoup sur ce monde.

Baleine, dauphins et marsouins, Mark Carwardine (Bordas, 1990). Livre d'identification des mammifères marins, avec des dessins.

Watching Fishes, R. Wilson & J. Q. Wilson, (Pisces Books, 1992). L'ouvrage explique les comportements des poissons (en anglais).

Marine Life, James L. Sumich (WCB, 1999). Ce livre décrit également les comportements des poissons (en anglais).

Les Requins, John D. Stevens (Bordas, 1998). Ce livre présente les différentes espèces de requins. Des chapitres sont consacrés à leur mode de vie.

Guide de la faune sous-marine, W. Baumeister (Umer, 1997).

Les Poissons, J. R. Paxton & W. N. Eschmayer (Bordas, 1998).

Mysteries Of The Sea, Doug Perrine (Publications International, 1997). Explication des comportements des poissons (en anglais).

La Terre, la Mer et la Vie, Yves Paccalet (Larousse, 1995). L'autre « bible » mais qui évoque de façon plus générale la terre et la nature, avec des chapitres consacrés à la mer, au monde sous-marin, aux îles, etc.

A
B
C
MALDIVES
IHAVANDHIPPOLHU ATOLL
HAA ALIFU ATOLL (NORTH THILADHUNMATHEE)
Dhidhdhoo
Hanimaadhoo
Nolhivaramfaru
HAA DHAALU ATOLL (SOUTH THILADHUNMATHEE)
MAAMAKUNUDHOO ATOLL
SHAVIYANI ATOLL (NORTH MILADHUNMADULU)
Farukolhufunadhoo
MALDIVES NORD
NOONU ATOLL (SOUTH MILADHUNMADULU)
RAA ATOLL (NORTH MAALHOSMADULU)
Manadhoo
OCÉAN INDIEN
Ugoofaaru
Kuredu
Naifaru
LHAVIYANI ATOLL (FAADDHIPPOLHU)
Fonimangoodhoo
BAA ATOLL (SOUTH MAALHOSMADULU)
Kihaadhuffaru
Sonevafushi
Eydhafushi
Thulhaadhoo
Dunikolu
Kaashidhoo
GOIDHOO ATOLL
GAAFARU ATOLL
Gaafaru
NORTH MALE ATOLL
Helengeli
Makunudu
Medhufinolhu
KAAFU ATOLL (MALE)
THODDOO ATOOL
Meerufenfushi
RASDHOO ATOLL
Vabbinfaru
Thulusdhoo
Kanifinolhu
Thulaagiri
Paradise Island
Nika
Kuramathi
Bandos
Male
Madoogali
Maayafushi
Velassaru
Embudhu Finolhu
Halaveli
Embudhu
ARI ATOLL
SOUTH MALE ATOLL
Bi Ya Doo
Maafushi
Bodhu Finolhu
Rihiveli
MALDIVES CENTRALES
Mahibadhoo
Rangali
Dhiggiri
VAAVU ATOLL (FELIDHOO)
Felidhoo
Foththeyo Muli
Dhiddhufinolhu
FAAFU ATOLL (NORTH NILANDHOO)
VATTARU ATOLL
1
2
3
4
5

D
E
F
0
25
50 km
FAAFU ATOLL (NORTH NILANDHOO)
Magoodhoo
Nilandhoo
VATTARU FALHU ATOLL
MEEMU ATOLL (MULAKU)
Muli
DHAALU ATOLL (SOUTH NILANDHOO)
Kudahuvadhoo
MALDIVES CENTRALES
THAA ATOLL (KOLHUMADULU)
Veymandhoo
Maabaidhoo
Fonadhoo
LAAMU ATOLL (HADHDHUNMATHEE)
Hithadhoo
OCÉAN INDIEN
MALDIVES SUD
Viligili
GAAFU ALIFU ATOLL (NORTH HUVADHOO)
Thinadoo
Kaadedhdhuvaa
Gemanafusi
GAAFU DHAALU ATOLL (SOUTH HUVADHOO)
Gadhdhoo
Vaadhoo
Équateur
GNAVIYANI ATOLL (FOAMMULAH)
SEENU ATOLL (ADDU)
Hithadhoo
Gan
1
2
3
4
5

Index

(A1) localisation sur la carte du pays
* *plongée*

Addu Atoll **112**
Carte de l'atoll **113**
*Banana Thila** *117*
*British Loyalty** *116*
*Demon Point** *114*
*Gan Inside** *115*
Seenu (Addu) Atoll 114
Gan (Equator Village) 114 (E5)

Ari Atoll et Rasdhu Atoll **60**
Carte de l'atoll **61**
Ari Atoll 60
Dhidhoo Finolhu (White Sands Resort and Spa) 60 (A5)
Halaveli Holiday Village 162 (A4)
Kudafolhudhoo (Nika Island Resort) 62
Maayafushi Tourist Resort 62 (A4)
Madoogali Tourist Resort 62 (A4)
Rangali (Conrad Maldives Rangali Island) 62 (A5)
*Broken Rock ou Kuda Thila** *64*
*Fesdhu Wreck (Epave de Fesdhu)** *64*
*Fish Head** *65*
*Grottes Bleues (Les)** *66*
*Halaveli Wreck (Epave d'Halaveli)** *67*
*Himmendhu Thila** *68*
*Hukuruelhi** *69*
*Kalhuhandhihuraa** *70*
*Karibeyru Thila** *71*
*Kudarah Thila** *72*
*Maaya Thila** *73*
*Madiwaru** *74*
Rasdhoo Atoll 63
Kuramathi 63 (A4)

Atolls du Centre **102**
Carte de l'atoll **103**
*Bandidhoo Thila** *107*
Dhaalu (South Nilandhoo) Atoll 104
Ribudhoo 104
Faafu (North Nilandhoo) Atoll 102
Filitheyo Island Resort 104
Nilhandoo 102
*Hulhu Kandu** *108*
*Mantas and More** *109*
Meemu (Mulaku) Atoll 105
Chaaya Lagoon Hakuraa Huraa 105
*Mulaku Kandu** *110*
Vaavu (Felidhoo) Atoll 105
Dhiggiri Tourist Resort 104 (B5)
*Vattaru Kandu** *111*

Haa Alifu **96**
Carte de l'atoll **97**
*Filadhoo Wreck (Epave de Filadhoo)** *100*
*Mushroom Thila** *101*
*Takandhoo Corner** *99*

Lhaviyani Atoll **86**
Carte de l'atoll **87**
*Felivaru Kandu** *88*
*Fushivaru Kandu/Thila** *89*
*Kuredu Caves** *90*
*Kuredu Express** *92*
Lhaviyani (Faadhippolu) Atoll 86
Kuredu Island Resort 86 (B2)
One & Only Kanuhura 87
*Maagiri South** *93*
*Miaruvani Thila** *94*
*Shipyard (Epaves de Felivaru)** *95

North Male Atoll **38**
Carte de l'atoll **39**
*Banana Reef** *43*
Bandos 40 (B4)
Furana Fushi (Full Moon) 40
*Furana Thila** *44*
*H P Reef ou Tamburudhu Thila** *46*
Helengeli 38 (B4)
*Helengeli Thila** *45*
Kanifinolhu (Club Med Kani) 41 (B4)
Lankan Finolhu (Paradise Island Resort) 41
*Maaghiri Thila** *47*
Makunudu 40
Malé 41 (B4)
Islamic Centre et mosquées 42
National Museum 42
Meerufenfushi (Meeru Island Resort) 41
*Nasseemu Thila** *48*
*Okobe Thila** *49*
One and Only Reethi Rah 40
Thulagiri 41 (B4)
Nilahndu 41
Vabbinfaru (Banyan Tree) 40 (B4)
*Victory** *50*

Raa et Baa Atoll **75**
Carte de l'atoll **77**
*12,5 Thila** *79*
*Anga Thila** *79*
Baa (South Maalhosmadulu) Atoll 76
Dhuni Kolhu (Coco Palm) 76 (A3)
Fonimangoodhoo (Reethi Beach Resort) 76 (B3)
Ifuru 76
Kihaadhuffarulsland Resort 76
Kudakurathu 76
Kunfunadhoo (Soneva Fushi and Six Senses Spa) 76 (A3)
*Dhonfan Thila** *80*
*Digalihaa Thila** *81*
*Fares** *82*
*Muthaafushi Caves** *83*
*Muthaafushi Thila** *84*
*Neliwaru Thila** *85*
Raa (North Maalhosmadulu) Atoll 75
Adaaran Prestige Meedhupparu 75
Milaidhoo House Reef (village de Kamadhoo) 75
Rasgetheemu 75

South Male Atoll **51**
Carte de l'atoll **53**
Biyadoo Island Resort 52 (B4)
Bodu Finolhu (Fun Island) 52 (B5)
*Cocoa Thila** *54*
Embudu (Embudu Village) 51 (B4)
Embudhu Finolhu (Taj Exotica Resort) 51 (B4)
*Embudhu Kandu** *55*
*Guraidhu Kandu** *56*
*Guraidhu South** *56*
*Ranikan** *58*
Rihiveli (Rihiveli Beach Resort) 52 (B5)
*Vaadhu Caves** *59*
Velassaru (Laguna Maldives) 51 (B4)